



بیانات رهبر انقلاب اسلامی در دیدار کارگزاران نظام :  
باید حرکت کنیم و این حرکت را با نیت الهی و با نیت قربت همراه کنیم و بدانیم که در آن صورت، دستگیری خدا و تقضات الهی حتمی است. حالا ماه رمضان، فرصت مناسبی است؛ چون «لعلکم تتقون»؛ اصلا خدای متعال روزه را با این هدف مقرر فرموده است؛ لافاقل یکی از اهداف واجب شدن روزه در این ماه - که شاخصه مهم این ماه است - همین تحصیل تقواست  
۱۳۸۵/۰۷/۱۸

# میلاد لارستان

تولید دانش بنیان  
استان آفرین



۲ بررسی مسائل پارک سرداران و ترمینال مسافری در بازدید فرماندار از محله کهنه لار



۲ مشارکت شرکت گاز فارس در اجرای لوله‌کشی گاز منازل مددجویان



۳ سیدحسن نصرالله: آنچه در فلسطین می‌گذرد پیامدهای بزرگی بر آینده اسرائیل دارد



۸ جشن فارغ التحصیلی نخستین گروه از دانشجویان بهوزی دانشکده علوم پزشکی لارستان

سلامت

اعتقادی

فرهنگ مردم

از هر دری سخنی

سیاسی اقتصادی

خبر

روزنامه میلاد لارستان - سال سی ام - چهارشنبه ۲۴/۰۱/۱۴۰۱ - یازدهم رمضان المبارک ۱۴۴۳ - ۱۳ آبریل ۲۰۲۲ - شماره ۱۹۱۷ - صفحه ۸ - تک شماره ۴۰۰۰ تومان

روایت شفاف از بودجه ۱۲۱ میلیارد تومانی ۱۴۰۱ شهرداری لار در گفتگو با رئیس شورای شهر:

## امسال در آمد نوسازی محلات در همان محله خرج می شود

۵۲ میلیارد تومان بودجه عمرانی مصوب شهرداری لار / عدالت محوری شعار بودجه



۲ تجلیل از ۲۹ خانواده معظم شهدای هنرمند و جمعی از هنرمندان شهر لار

۲ مرئی لاری سرود: چهره سال هنر انقلاب اسلامی فارس شد

۳ لغو روایت ایران از میدا قطر برای ورود تماشاگران جام جهانی

۶ بلایی که سر انسان می آورد چشم چرانی

۸ گشایش آموزشگاه موسیقی «سارنگ» در لارستان



### رئیس: بانیان وضع موجود نباید در عرصه‌های مدیریتی قرار بگیرند

نگاه دولت به بیرون مرزها نیست



آیت‌الله سیدابراهیم رئیسی، رئیس‌جمهور در دیدار با ذاکرین اهل بیت(ع) همزمان با شب رحلت ام‌المؤمنین حضرت خدیجه(س) با بیان اینکه «امروز برای پیشرفت و آبادانی کشور و رفع مشکلات مردم وظیفه سنگینی به‌عهده داریم»، گفت: امیدهای بسیاری در دل مردم برای ایجاد گشایش و رفع مشکلات اقتصادی و معیشتی ایجاد شده است و دولت با همه توان مصمم است در این مسیر گام بردارد.

وی شبکه هیئت‌های مذهبی را مجموعه‌ای اثرگذار و ارزشمند توصیف کرد و اظهار داشت: هیئت‌های مذهبی از جوانان با‌اخلاص و دل‌داده به انقلاب و ارزش‌های اسلامی تشکیل شده‌اند که در تمام صحنه‌های انقلاب حضور مؤثر و تعیین‌کننده دارند و ظرفیتی بی‌بدیل برای کشور به حساب می‌آیند.

رئیس‌جمهور با اشاره به شرایط نامناسب اقتصادی در شروع به کار دولت سیزدهم، گفت: با عنایت خداوند متعال توانستیم برای کشور درآمد ایجاد کنیم و بدون استقراض از بانک مرکزی و یا خلق پول که تورم را به‌شدت افزایش می‌داد، حقوق کارکنان را بدون یک روز تأخیر، پرداخت کنیم.

رئیس‌جمهور با بیان اینکه دولت مصمم است با افزایش درآمدها و کاهش هزینه‌ها کشور را به رشد اقتصادی مطلوب برساند، ابراز کرد: متأسفانه در ۸ سال گذشته متوسط نرخ رشد اقتصادی بسیار پایین بود اما در این دولت برای سال جاری، رشد هشت‌درصدی را هدف‌گذاری کرده‌ایم و برای این کار سرمایه‌گذاری داخلی و خارجی آغاز شده است.

وی با تصریح به اینکه «نگاه این دولت به بیرون مرزها نیست»، افزود: ما برای اداره و پیشرفت کشور به داشته‌ها و ظرفیت‌های خودمان توجه داریم و معتقدیم با تکیه به درون و توانمندی‌های داخلی امکان اداره کشور، رونق اقتصاد ملی و رشد اقتصادی وجود دارد.

رئیس‌جمهور با اشاره به کاهش رشد نرخ تورم در ماه‌های گذشته خاطرنشان کرد: امروز با اقدامات انجام‌شده، رشد نرخ تورم تا حدی مهار شده است و امیدواریم با همدلی قوا و کمک مجلس بتوانیم در مسیر کنترل نرخ تورم و افزایش رونق اقتصادی گام برداریم.

رئیس‌جمهور در بخش دیگری از سخنان خود با تأکید بر اهتمام دولت بر استفاده از نیروهای انقلابی و دولتی را بزرگ‌نمایی می‌کنند لذا باید همواره ضمن حفظ هوشیاری، کیفیت و محتوای فعالیت‌ها را تقویت کرده و ارتقاء داد. جلسات هیئت‌های

سخنان یکی از میهمانان در خصوص تقدم کار فرهنگی بر فعالیت‌های اقتصادی تأکید کرد: هر دو جزو اولویت‌های کشور هستند و باید همزمان مورد توجه قرار بگیرند. دولت تلاش می‌کند هم موضوعات معیشتی و اقتصادی را پیگیری کند و کنار آن موضوعات فرهنگی را هم با جدیت دنبال نماید. رئیس‌جمهور راجع به اقدامات دولت برای افزایش درآمدزایی برای کشور گفت: در چند ماه گذشته به‌واسطه اقدامات انجام‌شده، حجم تبادلات تجاری و صادرات با کشورهای مختلف دنیا چندین برابر شده است و در حالی که در گذشته فروش نفت را به امضای قراردادهای مختلف منوط کرده بودند امروز به‌راحتی نفت را صادر می‌کنیم و با این کار مشخص شد که اگر اراده جدی برای انجام کار وجود داشته باشد، هیچ مانعی نمی‌تواند جلودار کشور باشد.

رئیس‌جمهور گفت: دولت به همه احترام می‌گذارد اما بی‌تردید کسانی که بانیان وضع موجود هستند و مردم از عملکرد آنان رضایت ندارند، نباید در عرصه‌های مدیریتی مورد استفاده قرار بگیرند. داشتن روحیه انقلابی، جهادی و کارآمد بودن از محورهای مورد تأکید این دولت است.

وی در ادامه استفاده از ظرفیت هیئت‌های مذهبی را مورد تأکید قرار داد و گفت: هیئت‌های مذهبی از جوانان با اخلاص و همیشه در صحنه تشکیل شده است و می‌توان از این ظرفیت بی‌بدیل برای رفع بسیاری از مشکلات استفاده کرد.

رئیس‌جمهور خاطرنشان کرد: دشمنان و بدخواهان نظام کوچک‌ترین خطای نیروهای انقلابی و دولتی را بزرگ‌نمایی می‌کنند لذا باید همواره ضمن حفظ هوشیاری، کیفیت و محتوای فعالیت‌ها را تقویت کرده و ارتقاء داد. جلسات هیئت‌های مذهبی از ۲۹ خانواده معظم شهدای هنرمند و جمعی از هنرمندان شهر لار

مرئی لاری سرود: چهره سال هنر انقلاب اسلامی فارس شد

لغو روایت ایران از میدا قطر برای ورود تماشاگران جام جهانی

بلایی که سر انسان می آورد چشم چرانی

گشایش آموزشگاه موسیقی «سارنگ» در لارستان

**جناب مستطاب حضرت آیت ا... نسابه و بیت معظم آیت الهی**  
ارتحال مرحومه «فاطمه سادات نسابه»، همسر مکرم حضرت آیت ا... سید حسین آیت الهی، امام جمعه فقید جهرم به حضر تعالی و کلیه بازماندگان تسلیت عرض نموده، علو درجات برای آن مرحومه و صبر و اجر برای شما و کلیه بازماندگان از خداوند تعالی مستلت می‌نماییم.  
**مدیر مسئول و کارکنان روزنامه میلاد لارستان**

**پروردگارا!**

چه بسیار سختیهای که گره گشودی، و اندوه‌ها که برطرف کردی، و لغزش‌ها که آمرزیدی، و رحمت که گستردی، و زنجیر بلا که باز کردی

فَرِّقْ بَالِهِي مِنْ كَرْبَةٍ قَدَّرَ جَتَهَا وَ مَوِّمٌ قَد كَشَفْتَهَا وَعَثْرَةٌ قَد أَقْلَتْهَا وَ رَحْمَةٌ قَد نَشَرْتَهَا وَ حَلَقَةٌ بِلَاءٍ قَد فَكَّ كُنْهَهَا

فرازی از دعای افتتاح

شماره ارتباط با میلاد لارستان جهت درج آگهی در روزنامه: ۰۷۱-۵۲۲۴۴۷۷۵

لینک و آدرس های فضای مجازی ما

سایت میلاد لارستان: [mldl.ir](http://mldl.ir) | کانال ایتا: <https://b2n.ir/213512>

کانال واتس آپ: <https://b2n.ir/665314> | کانال سروش: <https://b2n.ir/490331>

پیج اینستاگرام: [milad\\_larestan](https://www.instagram.com/milad_larestan)



## بررسی مسائل پارک سرداران و ترمینال مسافری در بازدید فرماندار از محله کهنه لار



زمین به جوانان فاقد مسکن، اجرای فاضلاب شهری، احیا بافت فرسوده، توجه به قلعه تاریخی لارین، بهسازی رودخانه علاءالدینی، روشنایی و بهسازی معابر و کوچه ها و غیره از اهم این مطالبات و درخواست ها بود.

معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان، مسائل، مشکلات و درخواست های محله کهنه لار مورد بررسی قرار گرفت. به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان، با حضور داریوش دهقان معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان، خیل تاش و دلاور معاونین سیاسی و عمرانی فرمانداری، شریفی شهردار لار، رییس و اعضا شورای اسلامی شهر و جمعی از روسای ادارات شهرستان، مطالبات و درخواست های محله کهنه لار مورد بررسی قرار گرفت.

در این نشست که در حسینیه استوار انجام شد، حاج امرآ... ملایی رییس یاوران شورا و معتمد محله کهنه لار، مشکلات، مطالبات و درخواست های این محله کم برخوردار را بیان کرد.

ارائه تسهیلات قرض الحسنه بانکی به منازل بافت فرسوده، احداث زمین ورزشی در گل چیدو، اتمام پارک سرداران و ترمینال، حمایت از صندوق قرض الحسنه جوادالائمه، اختصاص

در ادامه معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان هم در سخنانی ادامه داد: در این بازدیدها و نشست ها مشکلات حوزه های مختلف بررسی و راهکارهای لازم ارائه شد. داریوش دهقان، ابراز امیدواری کرد: با رایزنی

## تجلیل از ۲۹ خانواده معظم شهدای هنرمند و جمعی از هنرمندان شهر لار



برگزار و از ۲۹ خانواده معظم شهدای هنرمند و جمعی از هنرمندان شهر لار تجلیل شد. به گزارش میلاد لارستان، بمناسبت سالروز

شهادت سید شهیدان اهل قلم، شهید سید مرتضی آوینی و هفته هنر انقلاب اسلامی، ویژه برنامه رهنوردان نقش آفرین و آیین تجلیل از هنرمندان هنر انقلاب اسلامی در تالار عیشیبری شهر لار برگزار شد.

در این مراسم امام جمعه، فرماندهی ناحیه مقاومت بسیج و رئیس کانون بسیج هنرمندان استان فارس در موضوع هنر انقلاب اسلامی مطالبی را مطرح کردند.

در ادامه این مراسم از ۲۹ خانواده معظم شهدای هنرمند و هنرمندان انقلابی شاخص از سال ۱۳۶۰ تا ۱۳۹۰ و همچنین گروه سرود مصباح الهدی که اخیراً در تهران مقام دوم کشوری را کسب نموده اند، تجلیل به عمل آمد. اجرای موسیقی و گروه سرود مصباح الهدی از کانون فرهنگی هنری مسجد امام جعفرصادق

برگزار و از ۲۹ خانواده معظم شهدای هنرمند و جمعی از هنرمندان شهر لار تجلیل شد. به گزارش میلاد لارستان، بمناسبت سالروز

و قول های مسئولان استانی و برنامه ریزی های انجام شده، بتوانیم بخشی از این مشکلات را به زودی رفع و برای دیگر مشکلات و درخواست های اهالی، اقدامات مناسبی را در آینده به انجام برسانیم.

فرماندار سپس از رودخانه علاءالدینی، کوچه ها و معابر محله، قلعه لارین، پارک سرداران و غیره نیز بازدید کرد و دستورات لازم را به مسئولین ذریبط ارائه کرد.

در ادامه از تعدادی مسئولین شهرستان که با محله کهنه لار همکاری داشتند و همچنین در ساخت کلیپ مستند این محله همکاری لازم داشتند، از طرف یاوران شورای محله کهنه لار و هیات امناء حسینیه حاج محمد جهانشاه (استوار) تجلیل شد.

وی همچنین با حضور در باشگاه بدنسازی شهروز از نزدیک با ورزشکاران دیدار و گفتگو نمود و مشکلات و درد دل های آنها را شنید. در این باشگاه بدنسازی بیش از ۱۰۰ نفر از ورزشکاران به فعالیت ورزشی می پردازند.

## تجلیل از ۲۹ خانواده معظم شهدای هنرمند و جمعی از هنرمندان شهر لار

(ع) و پایگاه شهید فانی لار و پخش کلیپ از دیگر برنامه های این مراسم بود. این مراسم از طرف حوزه فرهنگی و اجتماعی شهرداری لار، کانون بسیج هنرمندان لارستان، فرهنگی هنری ناحیه مقاومت بسیج سیاه لارستان و اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی لارستان برگزار شد. گفتنی است: این مراسم با حضور حجت الاسلام و المسلمین سید مختار موسوی امام جمعه لارستان، داریوش دهقان معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان، خیل تاش و دلاور معاونین سیاسی و عمرانی فرمانداری، فرهنگ افسری فرماندهی ناحیه مقاومت بسیج سیاه لارستان، میکانیکی رئیس کانون بسیج هنرمندان استان فارس، صفری معاون فرهنگی اجتماعی شهرداری منطقه ۳ شیراز، شریفی شهردار لار، خانواده های معظم شهداء، جمعی از روسای ادارات و هنرمندان برگزار شد.

شهادت سید شهیدان اهل قلم، شهید سید مرتضی آوینی و هفته هنر انقلاب اسلامی، ویژه برنامه رهنوردان نقش آفرین و آیین تجلیل از هنرمندان هنر انقلاب اسلامی در تالار عیشیبری شهر لار برگزار شد. در این مراسم امام جمعه، فرماندهی ناحیه مقاومت بسیج و رئیس کانون بسیج هنرمندان استان فارس در موضوع هنر انقلاب اسلامی مطالبی را مطرح کردند. در ادامه این مراسم از ۲۹ خانواده معظم شهدای هنرمند و هنرمندان انقلابی شاخص از سال ۱۳۶۰ تا ۱۳۹۰ و همچنین گروه سرود مصباح الهدی که اخیراً در تهران مقام دوم کشوری را کسب نموده اند، تجلیل به عمل آمد. اجرای موسیقی و گروه سرود مصباح الهدی از کانون فرهنگی هنری مسجد امام جعفرصادق

## شیراز، در درمان پارکینسون پیشرو است



مرکز آغاز و در سال ۹۵ پیشنهادهای به دانشگاه علوم پزشکی شیراز در خصوص استفاده از نتایج مطالعات در این زمینه ارائه شد، اما از آنجا که توان اجرایی و مالی ساختارهای دولتی برای یک تحول سریع، کافی و مناسب نیست، درخواست راه اندازی مرکز تحقیقات خصوصی داده شد که منابع مالی این تحقیقات را اعضا و مدیران گروه تحقیقاتی تامین می کنند.

وی با بیان اینکه دانشگاه هم کمک کرد و مجوز را از وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی اخذ کردیم، افزود: سال ۹۸ با پیگیری دانشگاه و حمایت معاونت تحقیقات و فناوری وزارت بهداشت، نخستین مرکز تحقیقات مدولاسیون عصبی و درد به شکل خصوصی راه اندازی شد. همچنین برای اولین بار برخی از اختلالات روانی مانند اختلال وسواس جبری را مورد توجه و بررسی قرار دادیم و در این خصوص هم نتایج بسیار خوبی کسب شده است.

مهدی زاده با بیان اینکه در این کلینیک از داروها و ابزار مختلف استفاده می شود، بیان کرد: بیش از پنج هزار مریض در کلینیک و بیش از ۲۰۰ بیمار جراحی شده مدولاسیون عصبی داریم که بانک اطلاعاتی درمانی آنها ثبت شده است و پس از درمان هم به شکل پیوسته با بیمار در ارتباط هستیم تا کیفیت فرآیندهای درمانی را به شکل دائمی سنجش کنیم و آن را ارتقا دهیم.

همچنین تلاش ما معطوف به تبدیل شدن این مرکز به قطب مدولاسیون عصبی و درد در آسیای غربی است که امید است در آیندهای نزدیک محقق شود.

راضیه رضایی، متخصص مغز و اعصاب و فلوشیپ اختلالات حرکتی از هلند نیز در رابطه با پارکینسون گفت: بیماری پارکینسون در اثر تخریب سلول های ماده سیاه مغز و کاهش دوپامین به وجود می آید. رضایی بیان کرد: علائم بیماری زمانی آغاز می شود که بیش از ۸۰ درصد از سلول ها از بین برود. این اختلال معمولاً باعث خشکی و کند شدن و لرزش و اختلال در راه رفتن می شود که در نهایت منجر به کاهش توانایی حرکتی فرد می گردد. بروز این بیماری در افراد بالای ۶۰ سال بیشتر است. درمان این بیماری عمدتاً شامل داروهایی است که اثرات مشابهی دوپامین دارند. در مراحل پیشرفته مقاوم به دارو عمل جراحی تحریک عمقی مغز به بیمار پیشنهاد می شود.

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شیراز با اشاره به ظرفیت های درمانی موجود در این شهر گفت: با توجه به ایجاد مرکز مدولاسیون عصبی و حضور متخصصان، شیراز قابلیت تبدیل به قطب درمان پارکینسون کشور و منطقه را دارد.

بزرگداشت روز جهانی پارکینسون در ایران برای نخستین بار توسط مرکز مدولاسیون عصبی در سال ۱۳۹۸ در بیمارستان کوثر با حضور پزشکان متخصص، مسئولین درمانی و بیماران به همراه خانواده ایشان برگزار شد. اما به دلیل پاندمی کرونا در سالهای اخیر به صورت مجازی برگزار گردید و امسال نیز به همین مناسبت، نشست با حضور اصحاب رسانه برگزار شد.

علی رزم کن، رئیس مرکز مدولاسیون عصبی در مراسم بیان کرد: سالانه بیش از ۲ هزار نفر از سراسر کشور و کشورهای اطراف در جهت درمان دارویی یا عمل جراحی تحریک عمقی مغز به مرکز مدولاسیون عصبی مراجعه می کنند این عمل جراحی تحریک عمقی مغز برای نخستین بار در جنوب کشور و به عنوان تنها مرکز به جز پایتخت در سال ۱۳۹۳ راه اندازی شد و از ۱۳۹۴ در بیمارستان کوثر توسط تیم جراحی مرکز مدولاسیون عصبی و درد با پیشرفته ترین امکانات انجام می پذیرد. تاکنون بیش از ۲۰۰ عمل جراحی موفق با همکاری متخصصین مرکز انجام شده است که بعد از پایان جراحی و روشن شدن باتری کیفیت زندگی بیمار بیش از ۸۰ درصد بهبود می یابد. همچنین مصرف دارو به شدت کاهش یافته و بیمار قادر به انجام کارهای خود به صورت مستقل می باشد. خوشبختانه تاکنون با حمایت دولت، واردات دستگاه با ارز دولتی صورت پذیرفته و امیدواریم از این به بعد نیز این بیماران جهت خرید دستگاه و عمل جراحی مورد حمایت های دولتی قرار گیرند. همچنین به دلیل هزینه بالای این درمان، نیازمند حمایت سازمان های خیریه هستیم.

علیرضا مهدی زاده، عضو هیات علمی و قائم مقام مرکز مدولاسیون عصبی در ایمن مورد بیان کرد: در راستای ارتقای دانش بالینی و بومی سازی تکنولوژی های پیشرفته جراحی پارکینسون، نخستین مرکز تحقیقات خصوصی علوم اعصاب کشور با محوریت مدولاسیون عصبی و کنترل درد در شیراز از سال ۹۷ راه اندازی شده است.

مهدی زاده گفت: از سال ۹۳ مطالعات این

## مربی لاری سرود؛

### چهره سال هنر انقلاب اسلامی فارس شد



به گزارش میلاد لارستان، محمدرضا نیکخو به عنوان یکی از شش چهره سال هنر انقلاب اسلامی فارس در رشته سرود انتخاب شد. گروه هنری مصباح الهدی و دارنده سه مقام مربیگری برتر کشوری و استانی، و آهنگ ساز از لارستان که گزینه های نهایی بودند، با بررسی در کمیته انتخاب چهره سال استان محمد رضا نیکخو به عنوان چهره سال هنر

## به عشق علی (ع)

### پویسی برای حمایت از کودکان



همزمان با ماه مبارک رمضان پویس به عشق علی (ع) برای حمایت از کودکان یتیم و محسنین سراسر کشور اجرایی شد. مرتضی موصلی، مدیرکل امداد فارس از آغاز پویس ملی به عشق علی (ع) در استان همزمان با سراسر کشور خبر داد. این پویس در حمایت از ۱۰۰۰ کودک یتیم و محسنین ساکن مناطق محروم اجرایی شده است. موصلی گفت: خیران و نیکوکاران می توانند جهت مشارکت از طریق کد دستوری #۵۱۰۱۰۷۸۰\* و یا ارسال پیامکی عدد ۵ به سامانه ۳۰۰۰۱۰۱۰۱۰ کمک های خود را برای ایتمام و محسنین واریز کنند. همچنین شماره کارت ۵۰۴۱۷۲۰۰۰۰۷۷۰۹۸۹ جهت این پویس

در نظر گرفته شده است. مدیر کل امداد فارس گفت: خیران می توانند برای حمایت از کودکان یتیم و محسنین به سایت ekram.emdad.ir مراجعه و حمایت خود را از یک یا چند یتیم عهده دار شوند.

## مشارکت شرکت گاز فارس

### در اجرای لوله کشی گاز منازل مددجویان



مدیرعامل شرکت گاز استان فارس، گفت: برای اجرای مصوبات سفر استانی ریاست جمهوری و بر اساس مجوز هیات مدیره شرکت ملی گاز، تفاهم نامه همکاری در جهت مشارکت در اجرای لوله کشی گاز منازل تعدادی از مددجویان استان فارس امضا شده است. علی اکبر میدان شاهی در جلسه هماهنگی اجرای لوله کشی داخلی گاز منازل مددجویان استان فارس اظهار کرد: به منظور توسعه همکاری های مشترک و بهره مندی از ظرفیت های موجود و افزایش تعاملات در حوزه مسئولیت های اجتماعی و با هدف ترویج فرهنگ احسان و کاهش فقر این اقدام انجام خواهد شد و فعالیت هایی از این دست گسترش یابد.

وی افزود: در این جلسه مفاد تفاهم نامه و شرایط مشارکت تشریح و بر استفاده از همه ظرفیتهای موجود مانند سازمان نظام مهندسی، اتحادیه صنف تاسیسات و خیرین استان در جهت پوشش قرار دادن مددجویان بیشتر تاکید شد. پاسداشت سرمایه ملی با نشت یابی خطوط گاز در استان فارس

میدان شاهی همچنین با ارائه آمار و ارقامی و شرایط مشارکت تشریح و بر استفاده از همه ظرفیتهای موجود مانند سازمان نظام مهندسی، اتحادیه صنف تاسیسات و خیرین استان در جهت پوشش قرار دادن مددجویان بیشتر تاکید شد. پاسداشت سرمایه ملی با نشت یابی خطوط گاز در استان فارس

نقش ارزنده ای در پیشگیری از آلودگی های محیط زیستی، بهره برداری ایمن از سرمایه های ملی، جلوگیری از هدررفت سرمایه های ملی، مدیریت تقلیل فشار و در نهایت ارائه خدمات پایدار به مشترکان گاز دارد.

وی با بیان این که اقدامات ایمنی و تلاش برای پایداری شبکه همواره در سرلوحه عملکرد این دستگاه خدمت رسان قرار دارد، اظهار داشت: به همت و تلاش شبانه روزی کارشناسان این مرکز ۲۷ هزار و ۹۸۳ کیلومتر نشت یابی خطوط تغذیه و شبکه به همراه ۷۷۴ هزار و ۱۷۰ مورد نشت یابی انشعاب در سال ۱۴۰۰ انجام شده است.

میدان شاهی با اشاره به این موضوع که ۹۹۳ فقره ایستگاه کاهش فشار و اندازه گیری گاز مورد ایمن سازی و نشت یابی قرار گرفته است، اظهار داشت: در سال گذشته تعداد ۱۴۹۱ مورد نشت یابی زیرزمینی و ۷۶ هزار ۶۵۵ مورد نشت یابی هوایی کشف و ترمیم شده و با این اقدامات از بروز سوانح و هدر رفت سرمایه های ملی پیشگیری گردیده است. وی با تقدیر از تلاش کارشناسان در راستای خدمت رسانی به اهالی استان پهناتور فارس افزود: عملیات نشت یابی تاسیسات گازی به صورت سالیانه انجام می پذیرد و ۳۰ نفر از همکاران متخصص ما در اقصی نقاط استان در پروژه های نشت یابی تاسیسات و خطوط گازی نقش ارزنده ای در پیشگیری از آلودگی های محیط زیستی، بهره برداری ایمن از سرمایه های ملی، جلوگیری از هدررفت سرمایه های ملی، مدیریت تقلیل فشار و در نهایت ارائه خدمات پایدار به مشترکان گاز دارد.

میدان شاهی همچنین با ارائه آمار و ارقامی و شرایط مشارکت تشریح و بر استفاده از همه ظرفیتهای موجود مانند سازمان نظام مهندسی، اتحادیه صنف تاسیسات و خیرین استان در جهت پوشش قرار دادن مددجویان بیشتر تاکید شد. پاسداشت سرمایه ملی با نشت یابی خطوط گاز در استان فارس

میدان شاهی همچنین با ارائه آمار و ارقامی و شرایط مشارکت تشریح و بر استفاده از همه ظرفیتهای موجود مانند سازمان نظام مهندسی، اتحادیه صنف تاسیسات و خیرین استان در جهت پوشش قرار دادن مددجویان بیشتر تاکید شد. پاسداشت سرمایه ملی با نشت یابی خطوط گاز در استان فارس

برابر رأی شماره ۴۳۲۰۰۴۳۳۰۰۳۱۱۳۳۵۰۰ مورخ ۱۴۰۰/۰۶/۱۷ هیأت اول/ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی ارضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک گراش تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای غلامرضا هرمزی فرزند غلامعباس بشماره ملی ۶۵۶۹۱۹۲۶۹۸ در ششادگان یک باب خانه به مساحت ۲۸۴/۷۰ متر مربع تحت پلاک ۱۳۳۳۱ فرعی از ۱۰۸۲۷ اصلی مغرور و مجزا شده از پلاک ۳۲۷۷ فرعی از ۱۰۸۲۷ اصلی واقع در قطعه ۵ بخش ۱۸ فارس شهرستان گراش محرز گردیده است با عنایت به این که تحدید حدود پلاک ۱۰۸۲۷/۱۳۳۳۱ تاکنون به عمل نایمده حسب تقاضای نامبرده که درخواست انتشار آگهی تحدید حدود اختصاصی نموده وقت تحدید حدود روز چهارشنبه ۱۴۰۱/۰۲/۱۸ تعیین و عملیات تحدید از ساعت ۸ صبح در محل به عمل خواهد آمد لذا از متقاضی و کلیه مجاورین طبق ماده ۱۴ قانون ثبت دعوت می گردد که در وقت مقرر در محل وقوع ملک حضور بهم رسانند وخواهی مجاورین نسبت به حدود و حقوق ارتفاقی باستانداده ۲۰ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورت جلسه تحدید به مدت ۳۰ روز مشخص خواهد شد که بایستی کتبا به اداره ثبت محل تسلیم و دریافت نماید و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراضی دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. تاریخ انتشار: ۱۴۰۱/۰۱/۲۴



## امسال ۷۰ درصد شبکه ملی اطلاعات

## اجرای می شود



وزیر ارتباطات با بیان اینکه اجرای شدن ۷۰ درصد شبکه ملی اطلاعات در سال جاری یکی از برنامه‌ریزی‌هایش است، گفت: تلاش می‌کنیم که در سال جاری یک واحد درصد به سهم اقتصاد دیجیتال از کل تولید ناخالص ملی افزوده شود.عیسی‌زاده‌پور وزیر ارتباطات و فناوری اطلاعات ، پس از حضور در نشست کمیسیون صنایع و معادن مجلس در جمع خبرنگاران اظهار داشت: در این جلسه گزارشی از اقدامات انجام شده در محورهای مختلف طی ۷ ماه گذشته و برنامه‌های وزارت ارتباطات و فناوری اطلاعات در سال ۱۴۰۱ ارائه شد.

وی اجرای فازهای مختلف شبکه ملی اطلاعات را یکی از اصلی‌ترین برنامه‌های وزارتخانه تحت امرش دانست و افزود: براساس هدف‌گذاری های انجام گرفته، مقرر است حدود ۷۰ درصد

شبکه ملی اطلاعات امسال اجرایی شود.

وزیر ارتباطات و فناوری اطلاعات با بیان اینکه پروژه راهبردی فیبر نوری منازل و کسب و کارها که می‌تواند سرعت دسترسی مردم به اینترنت و شبکه را چندین برابر کند، در دست انجام است، اضافه کرد: عملیاتی کردن ۵ میلیون پورت پرسرعت در نقاط مختلف یکی دیگر از هدف‌گذاری های وزارت ارتباطات است. زارع پور در تشریح اقدامات وزارت ارتباطات و فناوری اطلاعات در توسعه حوزه فضایی، توضیح داد: امسال تشبیت تزریق ماهواره به لایه لئو(مدارهای حدود ۵۰۰ کیلومتری) انجام می‌گیرد.وزیر ارتباطات و فناوری اطلاعات، با بیان اینکه ماهواره‌های متعددی در دست پرتاب داریم، ادامه داد: ان‌شاء... جمهوری اسلامی ایران باید به زودی به یکی از صادرکنندگان خدمات فضایی منطقه و کشورهای اسلامی تبدیل شود زیرا ما جزو ۱۰ کشوری هستیم که از یک سو توان ساخت ماهواره بومی را داریم و از سوی دیگر نیز پرتاب آن با پرتابگر بومی انجام می‌شود.زارع‌پور با اشاره به برنامه‌های وزارت ارتباطات و فناوری اطلاعات در حوزه فضای دیجیتال، گفت: تلاش می‌کنیم که در سال جاری یک واحد درصد به سهم اقتصاد دیجیتال از کل تولید ناخالص ملی افزوده شود؛ کارگروه ویژه اقتصاد دیجیتال در دولت محوریت تحقق این مهم را برعهده دارد.

## لغو روادید ایران

## از مبدا قطر برای ورود تماشاگران جام جهانی



مورد فرآیندهای قانونی موضوعات مربوط به لغو موقتی روادید ایران از مبدا قطر به ویژه در شهرهای مختلف در جلسات ستاد تصمیم گیری صورت می‌پذیرد، در همین راستا امروز جلسه‌ای با ریاست معاون اول رئیس جمهور و وزرای مربوطه پیرامون این موضوع برگزار می‌شود.
زرغامی در پایان خاطر نشان کرد: آخرین جزئیات در نشست با محوریت ریاست معاون اول رئیس جمهور مورد بررسی قرار می‌گیرد، تمام تصمیمات این میزبانی از جمله حذف روادید ورود هواداران جام جهانی فوتبال به ایران اطلاع رسانی خواهد شد.

## سیدحسن نصرا... آنچه در فلسطین می‌گذرد پیامدهای بزرگی بر آینده اسرائیل دارد



سیدحسن نصر ... تأکید کرد: ما برای تضمین موفقیت نامزدهای خود و متحدانمان که در بسیاری از حوزه‌های انتخاباتی حتی بدون حمایت ما پیشرو هستند، تلاش می‌کنیم . ما می‌خواهیم متحدانمان در انتخابات پیروز شوند تا زمینه همکاری در انجام مسئولیت‌ها فراهم شود و برای همین از همه کسانی که مشتاق هستند می‌خواهم به نظرسنجی‌ها اعتماد نکنند و با اشتیاق و تلاش کامل به مشارکت بروند. ما ائتلاف زیر میز (پنهانی) نداریم همه چیز مثل روز روشن و روی میز است و ما تعهد قبلی هم نسبت به کسی نداده‌یم. هرگز کاری را بدون تفاهم انجام نمی‌دهیم و با هم‌پیمانانمان کاملا شفاف هستیم.

وی خطاب به مردم افزود: هر مطلبی را که درباره حزب ... نوشته می‌شود باور نکنید بلکه

هرآنچه را انجام می‌دهیم باور کنید چرا که بر اساس صداقت است. ما خواستار مشارکت همه هستیم و نمی‌خواهیم کسی حتی دشمنان خود

را حذف کنیم. قانون انتخابات گذشته به‌عمد طرف‌های دیگر را حذف می‌کرد اما ما خواستار دولت وحدت ملی بدون حذف طرف دیگر بوده و هستیم. کسانی که دنبال حذف دیگران بودند

کند. دبیرکل حزب ... لبنان در خصوص موضوع فلسطین گفت: باید با تمام عزت و احترام از اقدامات قهرمانانه فلسطینی‌ها، از زنان و مردان گرفته تا کودکان و کهنسالان و شجاعت و قاطعیت آنان و به پیشواز مرگ رفتن برای کسب یک زندگی عزتمندانه و امید برای آزادی مقدسات امت اسلامی تقدیر و تجلیل کنیم. از مهمترین نتایج راهبردی در سال‌های اخیر درباره آن سخن گفته‌ایم، این است که اگر بر ضعف ملت فلسطین تکیه کنید، این بیانگر این است که شما متوهم هستید. نسل جوانان فلسطینی، مقاومت و اراده برای مبارزه را نسلی بعد از نسل قبالت می‌برند.

دبیرکل حزب ... در بخش دیگری از سخنان امشب خود به روز جهانی قدس پرداخت و از مردم لبنان و جهان اسلام خواست در فعالیت‌های مرتبط با این روز مشارکت گسترده داشته باشند.

وی از گردهمایی جشنواره بزرگ مردمی همزمان با روز جهانی قدس در مجتمع سیدالشهداء در ناحیه جنوبی بیروت خبر داد و ابراز امیدواری کرد که همگی بتوانند از این فرصت استفاده کنند تا در روز قدس حمایت و تأیید کامل خود از ملت فلسطین را اعلام کنند. دبیرکل حزب ... لبنان در ادامه با اشاره به توافق برای آتش‌بس دوماهه با ابراز خرسندی از این تصمیم، گفت: یمنی‌ها با استواری اراده خود را بر جامعه جهانی تحمیل کردند و امیدواریم که آتش‌بس نقطه ورود به راه‌حل سیاسی باشد.

ما از آتش‌بس در یمن استقبال می‌کنیم و آنچه از ابتدا خواستار آن بوده‌ایم، توقف جنگ و کشتار است و هیچ‌کس به‌دنبال هدف قرار دادن عربستان سعودی نیست.تنها راه‌حل در یمن، مذاکره و گفتگوی مستقیم با صنعا است و انتظار نداشته باشید کسی آنها را تحت فشار قرار دهد.

# اینترنت موبایل گران شد / بسته‌های به‌صرفه حذف شدند

به‌صورت میانگین سرویس‌های خود را ۶۰درصد گران کردند. پیش از اعتراض‌های کاربران سرانجام سازمان تنظیم مقررات به‌عنوان متولی قیمت‌گذاری اینترنت به‌صودر اطلاعیه پرداخت. هرچند این سازمان در اطلاعیه خود تأکید کرده که هنوز هیچ مصوبه جدیدی برای افزایش قیمت اینترنت تصویب نشده اما به‌طور ضمنی تأیید کرده که افزایش قیمت از سوی برخی شرکت‌های خدمات‌دهنده اینترنت زیرنظر این سازمان بوده است.گولانوری با اشاره به افزایش تعرفه بسته‌های اینترنتی برخی اپراتورها نوشته است: اخیرا افزایش قیمت اینترنت ثابت در برخی اپراتورها در دست بررسی است تا چنانچه در خارج از چارچوب قانونی (مصوبات سال‌های ۹۵ و ۹۶) باشد، سریعاً نسبت به اصلاح آن اقدام شود و جریمه قانونی برای متخلفان اعمال شود. در اطلاعیه رگولاتوری آمده است که اپراتورها در اطلاعیه مشخصی امکان افزایش تعرفه را دارند. در این اطلاعیه آمده است: لازم می‌دانیم توجه کاربران را به این نکته نیز جلب کنیم که براساس مقررات مصوب سال‌های گذشته



## سازمان ملل: حدود دو سوم کودکان اوکراینی

## از خانه‌های شان گریخته‌اند

امکان فرزندخواندگی آنها را فراهم بیاورد، چه بچه‌هایی که یتیم هستند و چه آنها که پدر و مادر دارند.

وی ادعا کرد بیشتر این کودکان از شهر محاصره‌شده ماریوپل به منطقه دونتسک و سپس از آنجا به شهر روسی تاکانروگ منتقل شده‌اند.

فونتین نیز گفت که یونیسف گزارش‌های مشابهی دراین باره دریافت کرده، اما افزود که «ما هنوز دسترسی لازم را نداریم تا بتوانیم بررسی و تایید کنیم و ببینیم که آیا می‌توانیم کمک کنیم یا خیر»

وی افزود ۲/۸ میلیون کودک اوکراینی که بی‌خانمان شده‌اند در داخل اوکراین هستند و دو میلیون کودک دیگر هم در خارج از کشور. همچنین حدود نیمی از ۳/۲ میلیون کودکی که هنوز در خانه‌هایشان در اوکراین به‌سرمی‌برند، در معرض خطر کمبود غذا قرار دارند.

نشست شورای امنیت سازمان ملل متحد در مورد تأثیرات عملیات نظامی روسیه بر زنان و کودکان اوکراینی به درخواست ایالات متحده و آلبانی و در دوره ریاست انگلستان بر این نهاد برگزار شد.

## بن‌سلمان از چاله به چاه؛

## «شورای ریاستی یمن» چندان دوام نمی‌آورد



ربطی به یمن و منافع آن ندارد. شورای عالی سیاسی یمن - در صنعا- تأکید کرد که ملت یمن به اقدامات غیر قانونی از سوی طرفی غیر قانونی و خارج از یمن اعتنایی نمی‌کند و یمنی‌ها حق قانونی خود را تنها در اختیار کسانی که از وطن، حاکمیت ملی، آزادی و استقلال دفاع می‌کنند، قرار می‌دهند.ناظران امور یمن معتقدند محمد بن‌سلمان بر این باور است که با این تصمیم یعنی رهایی از شر دروغ رئیس‌جمهور قانونی، ادامه آن به هزینه‌ای گزاف برای منافع سعودی تبدیل می‌شود، او- ولیعهد- از مسئولیت جنگ شانه خالی خواهد کرد ولی کودتای سفید او علیه هادی و مجبور کردن به استعفا، هیچ مشکلی را حل نمی‌کند. به گفته همین ناظران، بن سلمان از مصلحت هادی نجات یافت ولی در معضلی بزرگ‌تر، یعنی رهبران شبه‌نظامی، جنگ و جدایی‌طلبان قرار گرفت. بیشتر ناظران مسائل یمن درباره پیامدهای این اقدام سعودی در «تنظیم و برنامه‌ریزی» فعالیت و تحرکات شخصیت‌های نیابتی‌اش در یمن هشدار داده‌اند. این ترکیب نگران‌کننده چندان دوام نخواهد آورد و بسیار دشوار است که این اشخاص درباره موضوعی با هم به توافق برسند؛ زیرا از نظر ایدئولوژی با هم در اختلاف و جدال هستند.

«آنچه دقیقاً در ریاض اتفاق افتاد این است که

هر یک از مشاوران را در اتاقی به مدت چند ساعت حبس کردند سپس به آنها دستور داند که بیانیه هادی را امضا کنند که او نیز در اتاقی محبوس بود و خدا می‌داند چه بر سر او آمده است.» این اظهارات را توکل کرمان، برنده یمنی جایزه صلح نوبل، در واکنش به تصمیم یمنی بن‌سلمان، ولیعهد سعودی مبنی بر عزل عبد ربه منصور و معاونش، علی محسن الاحمر، در توئیتر نوشته است. رسانه‌های سعودی در پایان «نشست ریاض»، روایت ریاض را به زبان منصور هادی اعلام کردند که طی آن گفته است او علی محسن الاحمر را از سمتش به عنوان معاون رئیس‌جمهور برکنار و شورای ریاستی به سرپرستی رشاد محمد العلیعی را تشکیل داده است و این شورا اداره سیاسی، نظامی و امنیتی یمن را بر عهده خواهد گرفت. اعضای این شورا به ریاست رشاد العلیعی عبارتند از: سلطان العرادة، طارق صالح، عیدروس الزبیدی، عبدالرحمن ابوزرعه، عبدالله العلیعی، عثمان مجلی، فرج البیحصنی. قابل ذکر است

که شورای ریاستی تاکنون هیچ جلسه رسمی به طور کامل برگزار نکرده است و اولین جلسه قرار است در خاک یمن باشد و نه در خاک عربستان. افشاگرایی‌های برخی رسانه‌ها درباره تغییرات در ساختار دولت مزدور مقیم در ریاض، حاکی از آن است که هیچ‌یک از «رهبران» از تغییراتی که ولیعهد سعودی انجام داده تنها چند دقیقه قبل از قرائت بیانیه مطلع شدند؛ زیرا آنها در این فاصله احضار شدند تا بیانیه درباره استعفای منصور هادی و علی محسن الاحمر و تشکیل شورای ریاستی متشکل از ۸ عضو را امضا کنند؛ که این گزارش‌ها موبد اظهارات توکل کرمان است.

صنعا در اولین واکنش به تصمیم منصور هادی برای انتقال قدرت به شورای رهبری انتقالی، اعلام کرد که اقدام ائتلاف عربی به رهبری عربستان برای ایجاد شورای رهبری جایگزین، هیچ گونه

چه در حوزه اینترنت ثابت و چه اینترنت سیار (موبایل) مخالف است گفت که افزایش تعرفه تنها درصورت افزایش کیفیت خدمات و بهره‌مندی مشتریان از تکنولوژی‌های برتر امکان پذیر است.وی در رابطه با مسائل مطرح شده مبنی بر افزایش تعرفه خدمات اینترنت از سوی اپراتورها، گفت: «ماندندگان مجلس شورای اسلامی با افزایش تعرفه اینترنت به این شکل مخالف هستند و اگر قرار است افزایش تعرفه‌ها مدنظر قرار گیرد باید این مسئله براساس افزایش کیفیت باشد و مشترکین بتوانند از تکنولوژی‌های برتر در حوزه اینترنت ثابت و موبایل بهره‌مند شوند»

همچنین سهیل یحیی‌زاده، رئیس کمیته ارتباطات و فناوری اطلاعات با اشاره به راهبردی مجلس شورای اسلامی با اشاره به اینکه در اسرع وقت و به‌صورت فوری جلسه‌ای از سوی کمیته مذکور با حضور اپراتورها و نمایندگان مجلس شورای اسلامی جلسه‌ای را برگزار می‌کنیم، گفت: «نتایج این جلسه در اختیار نمایندگان مجلس شورای اسلامی قرار خواهد گرفت.»وی تأکید کرده که باید دید شرکت‌ها براساس مصوبه ۲۶۶قیمت‌های خود را افزایش دادند یا خیر و صحت این مسئله بررسی شود.

### بسته‌هایی که برکشیدند

براساس آمار سازمان تنظیم مقررات از حدود ۱۰۲میلیون مشترک اینترنت پهن‌بند کشور بیشتر از ۹۱میلیون نفر مشترکان اینترنت پهن‌بند سیار هستند و تنها حدود ۱۱میلیون نفر مشترک اینترنت ثابت در کشور وجود دارد. به همین خاطر تغییر بسته‌های اینترنت همراه



می‌تواند دسترسی میلیون‌ها نفر به شبکه ارتباط جهانی را مختل کند.هر چند ممکن است شرکت‌های خدمات‌دهنده اینترنت سرویس‌های خود را براساس مصوبات گذشته تغییر داده باشند اما در نهایت برای مردم آنچه می‌ماند آن است که باید پول بیشتری برای همان سرویسی که در گذشته استفاده می‌کردند پرداخت کنند. هرچند سهیل یحیی‌زاده، رئیس کمیته ارتباطات و فناوری اطلاعات تأکید کرده که باید دید شرکت‌ها براساس مصوبه۲۶۶ قیمت‌های خود را افزایش دادند یا خیر و صحت این مسئله بررسی شود.اما یحیی‌زاده با اشاره به اینکه براساس مصوبه موجود در رابطه با اپراتورها غالب، علاوه بر اینکه ملزم به رعایت سقف کف هستند، باید بسته‌ها و تعرفه‌گذاری‌ها به تأیید سازمان تنظیم مقررات و ارتباطات رادبویی برسد، بیان کرد: «بنابراین اپراتورها مجاز نیستند نسبت به تغییر بسته‌های تعرفه حتی در بازه مربوطه راسا اقدام کنند.» این نگرانی از سوی کارشناسان وجود دارد که گران شدن اینترنت در کنار گرانی مایحتاج ضروری مردم در نهایت باعث حذف یا به حداقل رسیدن مصرف اینترنت در خانواده‌های ایرانی شود که می‌تواند باعث شکاف دیجیتال در کشور و ضربه به اقتصاد دیجیتال شود.

**همشهری**



## اضطراب ورود به مدرسه، معضل جدید دانش آموزان



بررسی‌ها نشان می‌دهند که برخی از دانش آموزان با از سرگیری آموزش حضوری «اضطراب ورود به مدرسه» را تجربه می‌کنند که این موضوع نگران کننده است. هرچند که دوری از مدارس و آموزش مجازی برای دانش آموزان با سختی‌های بسیاری همراه بوده، اما بازگشایی مراکز آموزشی بعد از دو سال برای دانش آموزان نگرانی‌هایی را به وجود آورده است. رئیس سازمان نظام روان شناسی و مشاوره کشور هم با بیان این که با توجه به دو سال آموزش آنلاین و خو گرفتن دانش آموزان به این نوع آموزش هم اکنون آموزش حضوری

## آیا می دانید؟!

- پلک زدن زنان دو برابر پلک زدن مردان است.
- قدیمی ترین بنا در شمال توکیو ژاپن است که حدود ۵۰ هزار سال قدمت دارد.
- گریه های خانگی ۲۰درصد وقت خود را در خواب سیری می کنند.
- اختراع پیچ گوشتی قبل از اختراع پیچ صورت سبزی می کنند.
- نور خورشید ۸/۵ دقیقه طول می کشد تا به زمین برسد.
- یک گاو در طول سال قادر به تولید ۲۳۰۰ گالن شیر است.
- یک های شهری به طور متوسط سه سال بیشتر از سگهای روستایی عمر می کنند.
- ۷۰درصدفقرای جهان رازان تشکیل می دهند.
- موش های صحرایی سالانه بیش از ۱.۳ دهم ذخایر و منابع غذایی جهان را نابود می کنند.
- جلیقه ضد گلوله و برف پاک کن ماشین پرنتر لیزری همگی از اختراعات زنان می باشد.
- لئوناردو داوینچی مخترع قیچی می باشد.
- در ۹۹/۹۹ انسان های کره زمین شباهت های ژنتیکی یکسان وجود دارد.
- تمام قوه های کشور انگلستان متعلق به ملکه انگلیس می باشد.
- جند ها قادر به حرکت دادن چشمها درون کاسه چشم خود نیستند.
- موربانها ها قادرند تا روز زیر آب زنده بمانند.
- قیل ها در طول روز تا ۶۰۰ گالن آب و ۲۰۰کیلو گرم بویچه مصرف کنند.
- ۸۰ درصد امواج پایورویو تلفن همراه به وسیله سر انسان جذب می گردد.
- قد فضاپروان تا زمانیکه در فضا هستند بین ۵ تا ۷ سانتیمتر بلندتر میشود.



گردآورنده سید عبدالحمین واعظ زاده

همکلاسی‌ها بگیرند و توسط آن‌ها پذیرفته نشوند. دوستی و احساس تعلق در دانش آموزان امر بسیار مهمی است و همین طرد شدن و جدا ماندن از گروه همسالان می‌تواند برای آن‌ها اضطراب‌آور باشد.

### اضطراب اجتماعی و کاهش عملکرد

مورد بسیار مهم بعدی مربوط به دانش‌آموزانی است که دچار اضطراب اجتماعی هستند و عملکرد آن‌ها در حضور افراد دیگر کاهش محسوسی پیدا می‌کند. برای مثال دیکته پاختهای، پاسخ دادن به سوال معلم، روخوانی در حضور همکلاسی‌ها یا ارائه درس‌ها در مقاطع بالاتر برای این افراد بسیار سخت است. در موقعیت‌های این چنینی فرد به شدت مضطرب می‌شود، احساس تنگی‌نفس می‌کند و تمرکز او به شدت کاهش می‌یابد و با وجود مسلط بودن به موضوع نمی‌تواند عملکرد مناسبی داشته باشد. آموزش مجازی برای این افراد راحت‌تر بوده و در فضای امن منزل و در کنار افراد خانواده می‌توانستند بر اضطراب خود بهتر غلبه کنند.

### نگرانی بابت امتحانات

نکته آخر به شیوه حضور در امتحانات و پاسخ دادن به سوالات معلم باز می‌گردد. در این شرایط دانش‌آموزان فرصت بیشتری برای پیدا کردن جواب سوالات داشتند والدین در هنگام امتحانات حضور داشتند و دانش‌آموز را در پاسخ‌گویی به سوالات کمک می‌کردند. امتحان

## اقدامات امنیتی در هتل برای محافظت از اموالتان

### به هتل هایی بروید که دسترسی به طبقات گوناگون آن، کمتر باشد

تلاش کنید به هتل هایی بروید که از امنیت بالایی برخوردار باشند و دسترسی به طبقات گوناگون آن محدود و یا حتی دشوار باشد. مثلاً هتلی را انتخاب کنید که استفاده از آسانسور آن برای افراد متفرقه و غریبه ممنوع باشد و کارکنان هتل اجازه ندهند که افراد متفرقه سوار آسانسور بشوند و یا هتل شما فقط یک راه پله به سمت طبقات بالایی داشته باشد. این دو مورد از موارد خوبی برای امنیت در هتل هستند که باید در نظر داشت.

### از دادن اطلاعات غیر ضروری به کارکنان هتل پرهیز کنید

افرادی که به تنهایی سفر می‌کنند وانمود کنند متاهل هستند یا اینکه همسفر دیگری به زودی به آن‌ها ملحق خواهد شد. اطلاعات شخصی خود را جلو در نویسید در برخی از هتل‌ها آویزهایی وجود دارد که برای درخواست تمیز شدن اتاق‌تان یا برای سفارش غذا می‌توانید روی درخواست و سفارش‌تان را بنویسید و بر روی دستگیره در اتاق‌تان نصب کنید تا خدمه‌ی هتل ببینند. چنانچه می‌خواهید از این آویزها استفاده کنید، اسم خود را روی این آویزها بنویسید.

### بالاترین طبقاتی که نردبان‌های ماشین‌های

..... یک داستان یک پند .....

دادن به تنهایی در شرایط رسمی مدرسه و حضور معلمان و همکلاسی‌ها فشار بیشتری به دانش‌آموزان می‌آورد و احساس تنهایی و نبود کمک دیگران سطح اضطراب را بالا می‌برد.

### والدین چه کنند؟

حال برای بهبود شرایط گفته شده، چه می‌توان کرد؟ قبل از هر چیزی تصور باشید و به دانش‌آموزان فرصت تطبیق با شرایط موجود را بدهید. دو سال و نیم زمان زیادی برای عادت کردن به یک شرایط خاص است. برای خو گرفتن به شرایط تازه به زمان نیاز است. با گذشت زمان، فرد توانمندی لازم برای پذیرش شرایط جدید را به دست می‌آورد. همچنین تکنیک‌های تن آرامی را با دانش آموزان تمرین کنید.

روزانه قبل از ورود به مدرسه یا شروع کلاس‌ها به موضوع نمی‌تواند عملکرد مناسبی داشته باشد. آموزش مجازی برای این افراد راحت‌تر بوده و در فضای امن منزل و در کنار افراد خانواده می‌توانستند بر اضطراب خود بهتر غلبه کنند. **نگرانی بابت امتحانات** نکته آخر به شیوه حضور در امتحانات و پاسخ دادن به سوالات معلم باز می‌گردد. در این شرایط دانش‌آموزان فرصت بیشتری برای پیدا کردن جواب سوالات داشتند والدین در هنگام امتحانات حضور داشتند و دانش‌آموز را در پاسخ‌گویی به سوالات کمک می‌کردند. امتحان

### مراقب لابی و محوطه بیرونی هتل باشید

لابی و محوطه خارجی هتل ها، به ویژه در بعضی مکان های خاص محل تردد انواع و اقسام سارقین است. امکان دارد هدف این افراد فقط دزدیدن اولین چیزی باشد که در دست مسافر می‌بینند. ولی این امکان هم وجود دارد که شخصی با ظاهری غلط انداز و مشخصی سر گفتگو را با شما باز کند و به تدریج اطلاعات مهمی از شما بگیرد. این درست است که سفر به ما امکان آشنایی با افراد دیگر را می دهد و سبب آشنایی های با ارزشی می شود ولی دقت داشته باشید گاهی یک آشنایی خیلی سطحی و خوش بینانه می تواند به کشف رمز کارت اعتباری شما یا از دست دادن کیف پول گرانتیمت یا جواهرات‌تان و از همه بدتر جرح و آسیب باعث شود.

مسافر از نظر این افراد کسی است که همیشه مقدار زیادی پول و جواهر یا مدارک ارزشمند به همراه دارد، بنابراین سعی کنید زمان ورود به هتل و خروج از آن حتی‌المقدور با افراد دیگر گروه تان همراه باشید و چنانچه تنها سفر می‌کنید در محوطه بیرونی هتل یا پارکینگ توقف بی‌مورد نداشته باشید.

### بیشتر در طبقات چهارم تا ششم هتل اقامت کنید

بالاترین طبقاتی که نردبان‌های ماشین‌های

### ریشه جمله «الهی ۱۲۰ ساله بشوی»

«الهی ۱۲۰ ساله بشوی» مشهورترین دعای خیر ایرانی‌هاست؛ بیشتر آرزوی بزرگ‌ترهاست برای کوچک‌ترها. خیلی‌ها نمی‌دانند این دعای مشهور، ماکل امروز و دیروز نیست و قدمتی هزاران ساله دارد و البته یک نکته تاریخی جالب هم دارد.

محاسبه تقویم و نگاه‌داشتن حساب روزها و ماه‌ها و سال‌ها، امروزه راحت است و دیگر امری با دقت نجومی شده است؛ اما روزگاری طولانی، کار به این راحتی‌ها نبود و مرجعی برای تقویم دقیق و عمومی دربارہ وضعیت تقویم وجود نداشت و ناگزیر بسیار پیش می‌آمد که ساکنان مکانی دورافتاده در محاسبه روزها از تقویم جا بمانند یا از جلو بزنند!

محاسبه تقویم شمسی هم با آن که منطق بر فصول طبیعی سال و بسیار دقیق پنداشته می‌شود در گذر زمان با مشکلات جدی مواجه بوده است و مهم‌ترین دلیلش اینکه سال شمسی دقیقاً ۳۶۵ روز نیست و چند ساعتی اضافه دارد. همین ساعات و دقیق اضافه داستان‌هایی درست کرد در تاریخ‌گاه‌شماری ایران و از همه جالب‌تر اینکه برخی سال‌ها ۱۳ ماهه شدند!

### جشن‌های سال «بهترک»

حکایت سال‌های ۱۳ ماهه را «مجتبی‌مینوی» ادیب و محقق معاصر چنین تعریف کرده است: «داری بزرگ هخامنشی پسر گشتاسپ شاه حامی زرتشت در اواخر سلطنت خود (در حدود سال ۴۹۰ قبل از میلاد) ترتیب سال اوستایی را در مملکت ایران رسمی ساخت و آن به این طور بود که سال را درست ۳۶۵ روز و هر ماه را ۳۰

## نمی توانی عمارت بسازی، آجر که می توانی بیاوری!



نتیجه این طرز فکر این است که اگر امروز، یک نفر آدم در سؤال و جوابی که از او می‌شود، می‌پرسند آقا مذهب شما و دین شما چیست، گفت اسلام، به صرف اینکه اسلام را معین کرده، مسیحیت را معین نکرده، مادی‌گری را معین نکرده، یهودی‌گری را معین نکرده، فلان دین دیگر را معین نکرده، می‌گویند خیلی خوب، چون شما اسلام را معین کردید، بروید بهشت. حالا اگر نماز هم خواندید چه بهتر، اگر روزه هم گرفتید چه بهتر. ما می‌گوییم این حرف درست نیست، ایمان به پیغمبر لازم است، اما ایمان به پیغمبر تعهداتی را با خود به دنبال می‌آورد. اگر آن تعهدات انجام گرفت، به هر اندازه که آن تعهدها انجام گرفت، ایمان به انسان به همان اندازه درست است. اگر چنانچه ایمانی بر زبان یا حتی در دل، ایمانی انسان داشت، ولی هیچ تعهدی را که این ایمان برای انسان معین می‌کند، متعهد نشد، هیچ‌گونه از مسئولیت‌هایی را که قبول نبوت پیغمبر بر دوش انسان می‌گذارد، انسان نپذیرفت، این انسان اگرچه به ظاهر مؤمن است، اما مؤمن واقعی نیست. از روی معیار قرآن می‌گوییم آن انسانی که به تعهدات ایمان پایبند نباشد، او مؤمن نیست. مؤمن آن وقتی است به تعهدات انسان و مسئولیت‌هایی که ایمان به نبوت برای انسان می‌آورد، پایبند باشد.

### تعهد در برابر پیامبر چیست؟

این تعهد چیست؟ این تعهد این است که من ببینم پیغمبر چه کار می‌خواست در این دنیا بکند، یک بار عظیمی را پیغمبر می‌خواست بردارد، یک سنگ عظیمی را پیغمبر می‌خواست از جا بکند، یک بنیان عظیمی را پیغمبر می‌خواست بنا کند، من هم در زمان خودم نگاه کنم، ببینم آیا آن باری که پیغمبر می‌خواست بردارد، کاملاً برداشته شده است؟ آن سنگی که پیغمبر می‌خواست از زمین قلع کند و بکند، کاملاً کنده شده است؟ آن بنیانی که پیغمبر می‌خواست بریزد و بسازد، آیا کاملاً ساخته شده است؟ اگر دیدی جواب منفی است، یعنی آن بار بر زمین است، آن سنگ کنده نشده، این بنیان ساخته نشده، بگویم تا کاری که او می‌خواست بکند، بکنم. بگویم تا این بار را من بردارم. اگر استخوان من ضعیف بود، اگر زورم نرسید، آن مقداری می‌توانم، زور بزنم روی آن، ۱۰ نفر دیگر را پیدا کنم تا این بار باهم برداریم، گروهی دیگر را پیدا کنم تا این عمارت را با هم بسازیم. اگر نتوانستم عمارت را تمام کنم، ۱۰ تا آجر هم نمی‌توانم بیاورم آنجا؟ نمی‌توانم یک مقدار از شالوده و پیاش را هم بکنم؟ نمی‌توانم مقدمات کار را هم فراهم بکنم؟ می‌توانم، می‌توانم، دروغ است.

منبع: کتاب «طرح کلی اندیشه اسلامی در قرآن»

دوشوکت واقع نمی‌شود، چنان‌که در زمان انوشیروان واقع شد و در آن سال دو اردیبهشت وقوع یافت»

البته این نوع کیسه‌گیری به دلیل طولانی بودن دوره آن و همچنین اجرا نشدنش در برخی دوره‌های قرون بعدی مایه دردسر هم شده و به گفته «مینوی» این‌طوری هم شده است: «سال عرفی بدون کیسه جاری می‌شده و به این جهت نوروز (یعنی اول فروردین‌ماه، نه اول بهار) در دوره سال می‌گشته و در زمان حمله عرب به ایران نوروز در اول تابستان بوده و در سال صدویست ساله اول سال «بهترک» و ۳۳۰ و سال ۴۵۰ هجری نوروز باز در حوالی برج حمل‌آماه فروردین و اوایل بهار می‌گشته»

عاقبت کار هم اینکه برای رفع مشکلات، بعدها دوره کیسه‌گیری کوتاه‌تر و دقت آن بیشتر شد و همین کیسه‌های شد که می‌شناسیم و ایرانی‌ها صاحب دقیق‌ترین تقویم جهان شدند؛ «به‌دستور جلال‌الدین ملک‌شاه سلجوقی یک گروه هفت‌نفره به ریاست شاعر، حکیم و ریاضی‌دان نام‌آشنا، عمر خیام نیشابوری مأمور شدند تقویمی را تهیه کنند که در آن نوروز ثابت و همواره منطبق بر اعتدال بهاری در برج حمل باشد. این گروه پس از تحقیق و بررسی ساخته و نبود برنامه‌ریزی و سیاست‌گذاری کلان ملی و محلی می‌تواند در سال‌های آینده بسیار خسارت‌زا و جبران ناپذیر باشد.

## وضعیت خشکسالی کشور در کمتر از ۱۰ سال

بر اساس آخرین تحقیقات انجام شده در

## مخاطرات جوی طی یک دهه آینده افزایش خواهند یافت؟

دانشگاه فردوسی مشهد ظرف چند سال آینده تا پایان دهه میلادی جاری شاهد وقوع خشکسالی‌های گسترده‌تر و شدیدتر در سراسر کشور خواهیم بود. بر اساس همین یافته ها، امواج گرمایی به ویژه در نیمه غربی، جنوبی و شمال شرق کشور به طور برجسته‌ای افزایش خواهند یافت. این در حالی است که بر وقوع بارش‌های سنگین در بخش‌های گسترده‌ای از کشور به ویژه مناطق شمالی و غربی افزوده خواهد شد. به طوری که بر اساس محاسبات انجام شده، شدت بارش‌ها در حدود ۶۷ درصد، وقوع خشکسالی ۸۲ درصد، بزرگی امواج گرمایی ۹۴ درصد در ۱۰۰ درصد از مناطق ایران روند افزایشی خواهد داشت. نتایج فوق که حاصل پروژه‌ای انجام شده توسط پژوهشگران دانشگاه فردوسی مشهد در قالب کلی پروژه پیش‌بینی اقلیمی دهه‌ای (DCPP) است، متأسفانه دهه پیش‌رو را در کشور دهه‌ای پر مخاطره از نظر وقوع مخاطرات جوی پیش‌بینی کرده است. این در حالی است که هم‌زمانی وقوع مخاطرات جوی مهمی همچون خشکسالی، بارش‌های سنگین و امواج گرمایی در مناطق مختلف ایران می‌تواند خارج از ظرفیت‌های محیطی کنونی کشور باشد.

### ضرورت‌های مواجهه با خشکسالی

چشم انداز ارائه شده برای دهه پیش‌رو از یک سو ضرورت سیاست‌گذاری درست و تدوین و عملیاتی کردن برنامه‌های ملی و منطقه‌ای تغییر اقلیم، توسط دولت و سازمان‌های متولی

### نوروز رفته بود تابستان!

به استاد منابع تاریخی، شوکت و شکوه سال بهترک نزد ایرانیان زیاد بوده است و علامه «دهخدا» نیز درباره آن نوشته است: «این سال در زمان هر پادشاه که واقع می‌شد، دلیل بر شوکت و عظمت آن پادشاه می‌داشته‌اند و او را اعظم سلاطین می‌دانسته‌اند. بلکه عقیده آنها این بوده که سال بهترک جز در زمان پادشاه



## آرامگاه بابا کوهی شیراز



آرامگاه بابا کوهی یکی از دیدنی های شیراز است که شاید نامش کمتر از حافظیه و سعدیه به گوش گردشگران آشنا باشد. شیراز شهره عام و خاص است، شهری مملو از دیدنی‌های فراموش‌نشدنی. آرامگاه بابا کوهی یکی از دیدنی های شیراز است که شاید نامش کمتر از حافظیه و سعدیه به گوش گردشگران آشنا باشد. این مقبره مدفن یکی از مشایخ بزرگ صوفیه است.

**بابا کوهی کیست؟**

شیخ ابوعبدالله بن عبیدالله شیرازی مشهور به بابا کوهی است که لقب بابا را به‌دلیل سالک بودنش گرفته است. وی در سال ۳۳۷ هجری قمری متولد شد و در سال ۴۴۲ هجری قمری درگذشت. ابن باکویه شیرازی در جوانی به کسب دانش پرداخت، با علمای زمان خود از جمله شیخ ابوسعید ابوالخیر و خواجه عبدا...

آرامگاه بابا کوهی شیراز در محله باغچه‌سرا

سفره افطار رمضان در هرمزگان یکی از متنوع ترین سفره هاست که لگیمات رنگ و بوی خاصی به این سفره روزه داران می دهد. ماه مبارک رمضان ماهی پربرکت از آیین های زیبایی است که به ماه خداوند طعم های رنگارنگ می دهد تا چهره رمضان در گوشه و کنار ایران زمین منحصر به فرد باشد.

ماه رمضان در گوشه گوشه ایران مملو از آداب و رسومی است که گرچه امروزه از برخی از آن رسم ها نامش فقط باقی مانده اما هنوز هم می توان صدای «بَئْتًا لَا تُرْفَعُ قَلْبُوتَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا ۗ» را بر سر سفره های سخاوتش به طعمی شیرین برای مهمانانش را از بلندای ملکوت در این ماه زیبا شنید.

در بازخوانی این آیین ها در هرمزگان می توان طعم لگیمات را زیر زبان حس کرد و نان های تموشی ، بالا تاوه ای، مپیاهو و تخم مرغ و خرما روغنی خورد.

سفره رمضان در هرمزگان یکی از متنوع ترین سفره هاست که با غذاهایی چون آش محلی، شله زرد، نان دستی، نان ریخته، رنگینک، حلیم و حریصه با ماهی، شیر برنج، قلیه ماهی و سبزی پلوماهی رنگین می شود. ماه رمضان در گوشه گوشه استان هرمزگان آداب و رسوم، حال و هوا، شیرینی و غذاهای خاصی دارد که برخی از آن ها در بین مردم مشترک است.



## آلبوم خانوادگی تان را با ذخیره‌ساز دیجیتالی تاخت نزنید

تا همین دو دهه پیش آلبوم های خاک گرفته با همان عکس های رنگ پریده در هر خانه ای برای خودشان ایهتی داشتند.هر عکس تکه ای از خاطره یا پرتره‌ای از چهره ای بود که هزار و یک میراث فامیلی و آبا و اجدادی را زنده می کرد. حالا دوربین های تلفن های همراه با لنز های فوق پیشرفته از همیشه بیشتر در دسترس ما هستند، اما عکس های امروزی و مدل نگهداری از آن ها لطف آلبوم های پیشین را دارد؟

آن روزهای که عکاس به خانه می‌آمد یا کل خانواده دسته جمعی به اتلیه می‌رفتند و عکاس می‌گفت چانه بالا، کمی به چپ، کمی راست، تا زمانی که ژست عالی بگیرد، تمام شد. از خاطرات به جا مانده از آن روزها تنها عکس‌هایی باقی مانده که به نوستالژی‌ی های خانوادگی تبدیل شده اند. وقتی که عکاس از ما می‌خواست خودمان را جلوی آینه مرتب کنیم تا دوربین را آماده کند، لحظه هیجان‌انگیزی بود.

روزی که عکس تحویل داده می‌شد، روز بزرگ دیگری رقم می‌خورد؛ زمانی که حتی همسایه‌ها و فامیل برای دیدن عکس‌ها به خانه‌مان می‌آمدند. آن روزها عکس‌ها با انگیزه ماندگاری و ثبت خاطره گرفته می‌شدند اما این حالا انگار عکس‌ها تنها برای ثبت یک لحظه در کسری از ثانیه گرفته می‌شوند و

بابا کوهی شاعر نیز بوده است. برخی نیز بر این عقیده‌اند که بابا کوهی شاعر نبوده است و دیوانی که به وی نسبت داده شده است، مربوط به صوفی دیگری است که قرن نهم و دهم می‌زیست.

برخی از بزرگان در کتاب‌هایشان از بابا کوهی یاد کرده‌اند. یکی از آن‌ها جامی شاعر قرن نهم است. در کتاب نفعات الانس جامی، اسم بابا کوهی چند بار به چشم می‌خورد. او می‌گوید بابا کوهی بزرگ‌ترین شاعر آن دوره بود. شیخ عبدالله باکویه را با صفت‌های خوش می‌شناختند. این عالم اهل سفر بود و از دانش افراد بزرگ بهره می‌برد. او در سال‌های پایانی عمرش تصمیم گرفت تا در کوهی به اسم صیوی زندگی کند. این کوه از دامنه‌های شمالی شهر شیراز است. بابا کوهی تا آخرین لحظه عمرش در این کوه به نیایش خدا مشغول بود. در حال حاضر آرامگاه این عالم در همان کوه است.

**شک و شبهه‌ای در سرآیندگی بابا کوهی**

عده‌ای می‌گویند بابا کوهی و ابن کویه یک شخص نبودند. بابا کوهی هیچ شعری ننوشته است و فقط عارف بود؛ اما این موضوع هنوز مشخص نیست.

**تاریخچه آرامگاه بابا کوهی**

بقعه بابا کوهی در بالای کوه صیوی است. آرامگاه این عارف، تا زمان حکومت فرهاد میرزا معتمدالدوله سنگ قبر مشخصی نداشت. به دستور فرهاد میرزا معتمدالدوله که حاکم فارس بود، سنگ قبری روی قبر بابا کوهی گذاشتند. اگر به این سنگ قبر دقت کنید، تاریخ ۱۱۰۰ هجری قمری را که حکاکی شده

می‌بینید.داخل آرامگاه باباکوهی،مقبره‌دیگری‌هم هست که می‌شود اسم کوچک‌علی‌را رویش دید. سازمان میراث فرهنگی این آرامگاه را در سال ۱۳۷۹ ثبت کرده بود. بعد از تخریب‌شدن بقعه بابا کوهی، سازمان امور اوقاف آن را در سال ۱۳۹۱ مرمت کرد. این سازمان تصمیم داشت تا آرامگاه باکویه شیرازی را به‌امازده تبدیل کند؛ اما سازمان میراث فرهنگی و گردشگری با این کار مخالفت کرد.

**گردشگاه بابا کوهی**

این روزها در نزدیکی آرامگاه بابا کوهی، گردشگاهی درست کرده‌اند که می‌شود چند ساعتی را در آن به تفریح گذراند. هوای کوهستان هم تمیز است و حس‌وحال خوبی دارد. این گردشگاه به پارک کوهستانی بابا کوهی معروف است. درخت‌های کهنسالی در اطراف این گردشگاه کاشته‌اند که چشم‌انداز زیبایی دارد. در گردشگاه بابا کوهی که رفتید، سری هم به اتاق‌های قدیمی آنجا بنزید.

قدمت این اتاق‌ها به دوره قاجار می‌رسد. گنبدی زیبا و چشمه آبی هم در کنارش وجود دارد. این اتاق‌ها را به دستور موبدالدوله طهماسب ساختند. موبدالدوله طهماسب میرزا نوه فتحعلی شاه بود که در آن دوره در فارس حکومت می‌کرد. او این بنا را در سال ۱۲۳۷ هجری شمسی ساخت. بعد از گذشت چند سال این بنا را مرمت کردند تا مثل گذشته زیبایی‌اش را داشته باشد.

آرامگاه بابا کوهی شیراز در محله باغچه‌سرا

معنای لقمه لقمه را هم می دهد؛ لقمه هایی از خمیر آرد و تخم مرغ و شکر که با شیره رطب نخل یا عسل آغشته می شود.

برای تهیه این شیرینی موادی چون یک لیوان آرد سفید، یک عدد تخم مرغ، سه قاشق مرباخوری آرد برنج، یک قاشق مرباخوری پکنینگ بودر، یک قاشق غذاخوری مایه خمیر فوری، یک قاشق غذاخوری ماست و آب به مقدار لازم ضروری است.

طرز تهیه آن هم این گونه است که ابتدا تخم مرغ را با ماست و خمیرفوری و آرد برنج و پکنینگ بودر خوب مخلوط می کنند.سیس ارد را اضافه و خمیر را مخلوط ورز می دهند. اگر خمیر سفت بود کمی آب هم به آن اضافه می کنند تا خمیر رقیق شود.

خمیر را به مدت یک ساعت در جای گرمی می گذارند تا خمیر حجیم شود، روغن را داخل تابه ریخته و به مایه بد دست آمده را با قاشق بر داشته و در روغن داغ شده می ریزند، خمیر در داخل تابه پف می کند و به اندازه گردویی بزرگ می شود. شیرینی ها که کمی تلایی رنگ و آماده شده در شهد قرار داده شده و بعد در صافی می گذارند تا شهد اضافه آن گرفته شود. لگیمات ها را می توان با بودر پسته و یا نارگیل تزین کرد.

### بستک نیوز

چیزی است که تنها در گوشی شما ذخیره شده و دیگران به آن دسترسی ندارند، بنابراین نمی‌تواند منبع خوبی برای حفظ خاطرات و میراث خانوادگی باشد. از طرف دیگر، عکس‌های دیجیتالی ممکن است بنا به دلایل مختلف مثل پاک شدن و سرقت موبایل از بین بروند یا در لا به لای عکس‌های دیگر به دست فراموشی سپرده شوند اما آلبوم‌های عکس تا سال ها باقی می‌مانند و می‌توانند خاطرات و میراث خانوادگی شما را به دست نسل‌های آینده‌تان برسانند.

**آلبوم‌های عکس باعث یادآوری بهتر خاطرات می‌شود**

هیئتیک، علم استفاده از حس لامسه بیان می‌کند که اشیایی که می‌توانیم احساس کنیم، دارای وزن و بافت هستند، واکنش عاطفی بیشتری ایجاد می‌کنند و به خاطر سپردن و به خاطر آوردن آن‌ها آسان‌تر هستند. از این جهت، تحقیقات بازاریابی عصبی نشان می‌دهد که آلبوم‌های عکس به دلیل آنکه قابل لمس هستند، تأثیر بیشتری بر مغز ما دارد و باعث واکنش عاطفی بیشتر و یادآوری بهتر خاطرات می‌شود.

**چاپ عکس به کودکان اعتماد به نفس می‌دهد**

لذت نشستن با پدربزرگ و مادربزرگتان و ورق زدن آلبوم عروسی آن‌ها را به خاطر دارید؟! یا وقتی آلبوم‌های دوران کودکی والدیتان را نگاه می‌کردید، چه حسی داشتید؟! این لذت، از دانستن بیشتر در مورد داستان زندگی خانواده‌تان ناشی می‌شود، که به شما کمک می‌کند بیشتر به نسب خانواده‌تان پی‌برید و احساس هویت خود را توسعه دهید. این اثر قدرتمند تماشای عکس‌های خانوادگی موجب افزایش اعتماد به نفس کودکان می‌شود. اینکه کودک در جریان گذشته زندگی خانواده خود قرار بگیرد و خود را جزئی از واحد منسجم خانواده ببیند، در تقویت اعتماد به نفس او کمک کننده است. جالب است بدانید به گفته محققان عکس‌های دیجیتالی فاقد چنین تأثیری در کودکان هستند.

در موقعیت‌های خاص گرفته می‌شد، مثل اولین روز مدرسه رفتن فرزندمان، اولین روز راه رفتن. جشن تولد، روز به دنیا آمدن فرزند، تعطیلات خانوادگی ….. اما اکنون ما با گوشی‌های هوشمند خود از همه چیز، از بشقاب غذا تا لحظات ورزش کردن مان عکس می‌گیریم و حتی در همان لحظه آن را با دیگران به اشتراک می‌گذاریم.

جوانان امروزی به جای آلبوم عکس ترجیح می‌دهند از موبایلشان برای ذخیره کردن عکس‌ها استفاده کنند؛ آن‌ها می‌گویند با دوربین موبایل می‌توانیم تمام عکس‌هایی که می‌گیریم را نگه داریم، آن‌ها را ویرایش کنیم تا چهره‌مان حتی پس از سال‌ها بهتر به نظر برسد و از همه مهمتر اینکه می‌توانیم عکسمان را همان لحظه از طریق شبکه‌های اجتماعی با دیگران به اشتراک بگذاریم. این نوع نگاه با پیشرفت تکنولوژی اگرچه تا حدودی درست و قابل قبول است اما از نظر روانشناسی چاپ عکس، نگهداری آلبوم خانوادگی و رجوع به عکس‌های قدیمی ارزش و اهمیتی دارد که با کلیک بر یک فایل کامپیوتری یا صفحه‌گوشی قابل مقایسه نیست.

**دیدن آلبوم عکس‌های قدیمی به مثابه مدیتیشن**

تحقیقات جدید CEWE نشان می‌دهد که نگاه کردن به عکس‌های قدیمی حتی آرامش‌بخش‌تر از مدیتیشن است.مطالعات نشان می‌دهد نگاه کردن به آلبوم عکس‌های قدیمی استرس را کاهش می‌دهد و باعث می‌شود با مرور خاطرات گذشته احساس شادی کنیم. همچنین نگاه کردن به خاطرات گذشته و یادآوری اوقات شاد و لحظات خاص، باعث تقویت روابط عاطفی می‌شود. در واقع، هنگام تماشای عکس‌های قدیمی ناخودآگاه به لحظه‌ای که می‌توانیم در تصویر ببینیم، برمی‌گردیم و همین باعث شادی ما می‌شود.

**آلبوم‌های عکس، میراث خانوادگی شما را حفظ می‌کنند**

آلبوم‌های عکس، لحظاتی که مدت‌هاست از ذهنمان پاک شده را دوباره زنده خواهند کرد. آلبوم عکس چیزی مشترک بین همه اعضای خانواده است اما عکس دیجیتالی را تغییر داده اند. یک زمانی عکس‌ها فقط



## هیچ سهم اماکن گردشگری فارس از مسافران نوروزی درآمد حاصل از گردشگری نوروز در استان

## هزینه‌ها شود

هرساله بازدید مسافران نوروزی و گردشگران از اماکن تاریخی و جاذبه های گردشگری فارس نه تنها سودی برای استان بخصوص شهر توریستی شیراز ندارد بلکه درآمد حاصل از بلیت فروشی‌ها هم به تهران می‌رود و مسئولان استان باید بعد از مدت ها چانه زنی با مشقت های فراوانی درصدی از این درآمد را پس بگیرند.

در نوروز ۱۴۰۱ حدود ۱ میلیون و ۴۷۰ هزار نفر از اماکن گردشگری استان فارس بازدید کردند، اگر احتساب هر بلیت به طور متوسط حدود ۵ هزار تومان باشد متوجه می شویم که در آمد فارس از بلیت فروشی های اماکن تاریخی و گردشگری تنها ۷ میلیارد و ۵۰۰ میلیون بوده است که این رقم نه تنها عایدی برای استان ندارد بلکه متاسفانه در بعضی از مواقع شاهد قطع کردن برق مکان هایی مانند حافظیه هستیم.

رئیس کمیسیون گردشگری اتاق بازرگانی فارس ، با بیان اینکه قطعا باید در آمد حاصل از فروش بلیت مجموعه های گردشگری در استان هزینه شود، می گوید: متاسفانه بودجه‌ای که به تهران می‌رود ذوب می‌شود و از این مبلغ دیگر عایدی مناسبی به استان فارس نمی رسد.

سهراب شرفی ، با بیان اینکه مسئولان استان باید آن قدر تلاش کنند تا بتوانند درآمدهای حاصل از بلیت فروشی را از تهران به شیراز انتقال دهند ، می‌افزاید: در صورتی‌که درآمد حاصل از بلیت فروشی صرف نگهداری و تعمیرات آن‌ها شود شاهد تاثیرات و اتفاقات بهتری در گردشگری و اماکن توریستی استان خواهیم بود.

رئیس کمیسیون گردشگری اتاق بازرگانی فارس با اشاره به اینکه تورم زیاد و تزریق قطره چکانی اعتبار به اماکن گردشگری استان مشکلاتی را برای نگهداری اماکن تاریخی ایجاد می‌کند، می‌گوید: شیوع کرونا سبب شد تا وضعیت گردشگری در کشور و استان در دو سال گذشته حبس شود و ترکیدن حساب گردشگری در نوروز امسال باعث ورود سیل گردشگران به فارس و شیراز شد. شرفی با اشاره به اینکه نوروز ۱۴۰۱ یک سال استثنایی برای گردشگری استان فارس و شیراز بود می‌افزاید: اما ذکر این نکته ضروری است که در این بخش نه زیاد باید به وضعیت گردشگری غره شویم و نسبت به این موضوع بی‌خیال باشیم.

وی با اشاره به اینکه قطعا نداشتن برنامه برای افزایش جاذبه‌های گردشگری در استان و ایجاد انگیزه نکردن برای گردشگران در سال های آینده وضعیت گردشگری را راکد تر خواهد کرد، خاطر نشان می‌کند: نباید در خواب گردشگری سال جاری در غفلت بمانیم و از ایجاد تغییر در بخش گردشگری بی توجهی کنیم و این در حالی است که اداره کل میراث فرهنگی استان باید هر ساله جاذبه های بیشتری را به جاذبیت ها و زیر ساخت های بخش گردشگری استان اضافه کند.

**اعتبارات اماکن گردشگری کفاف نگهداری مجموعه ها را نمی‌دهد**

سرپرست اداره کل میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری فارس با بیان اینکه تعداد یک میلیون و ۴۷۰ هزار نفر گردشگر در ایام نوروز از اماکن گردشگری استان فارس بازدید کردند می‌گوید: از این تعداد حدود ۴۷۰ هزار نفر از حافظیه، ۲۸۵ هزار نفر از تخت جمشید، ۲۴۹ هزار نفر از مجموعه سندی، ۱۴۷ هزار نفر از ارگ کریم خان و حدود ۱۳۸ هزار نفر هم از مجموعه پاسارگاد و آرامگاه قبر کورش بازدید کردند.

سید مؤید محسنی نژاد، با اشاره به اینکه میزان بلیت فروشی‌ها پاسخگوی نگهداری مجموعه‌هایی مانند حافظیه، سعدیه، تخت جمشید و… نیست می‌افزاید: ذکر این نکته ضروری است که مسافران و گردشگران از مجموعه‌هایی مانند حمام وکیل و مجموعه زندیه هم به خوبی استقبال می‌کنند و این

**گزارش: محمدرضا طاهری**





## کتاب «راستگویی؛ در سیره معصومان (ع)» منتشر شد

شده است. بخش اول این اثر تحت عنوان «سیر تاریخی روایات صدق و کذب» در چهار فصل روند تاریخی صدور روایات به تفکیک معصوم، آمار صدور روایات به تفکیک عنوان صدق و کذب، روند تاریخی اهتمام راویان و محدثان، و زمینه‌های صدور تدوین شده است. نویسنده در بخش دوم این اثر به مبحث «مواجهه معصومان و دروغ‌های روا» در دو فصل پرداخته است. در فصل اول به سخن معصومان و در فصل دوم به بررسی سیره عملی معصومان در زمینه‌های آشتی، دروغ به همسر، خدعه در جنگ، حفظ جان و مال، توبه و مباحثه می‌پردازد.

### برشی از اثر:

چنین به نظر رسید که رسول خدا (ص) و اهل بیت او از میان دروغ‌های روا که به استاد دسته روایات آنها را اجازه داده‌اند و در عمل جز دو مورد جنگ و حفظ جان افراد از آن بهره نبرده‌اند. اگر گزارش‌های تولیدی نیز پذیرفته شود، به عنوان راهی برای فرار از دروغ در سیره معصومین (ع) در خور توجه است. اکنون پرسش این است که چه شرایطی چنین مجوزی را ایجاد کرده و افراد ناچار شدند مطلبی را خلاف واقع اعتقاد خود بگویند؟ یکی از این شرایط، میدان نبرد نظامی است که تنها چهار معصوم دیگر آن بوده‌اند: پیامبر (ص)، امیر مؤمنان (ع) و حسین (ع). با این حال موضوع خدعه در جنگ به طور مستقل بررسی شد و جز در سیره نبوی و علوی دیده نمی‌شود. دلیلی وجود ندارد که این تاکتیک جنگی شامل مبارزه‌های فرهنگی و جنگ سرد امامان با حاکمان وقت نیز بشود.

علاقه مندان جهت خرید اینترنتی این کتاب می‌توانند به نشانی اینترنتی <http://shop.isca.ac.ir> مراجعه نمایند.

کتاب «راستگویی در سیره معصومان (ع)» و مواجهه آنان با پدیده دروغ» اثر مصطفی صادقی کاشانی از سوی پژوهشگاه تاریخ و سیره اهل بیت (ع) می‌یابد. تقویت حس مسئولیت‌پذیری نسبت به همسر و فرزندان، ملزم کردن چشم و ذهن به همسر، بستن راه‌های نفوذ نامحرم به فکر، پررنگ کردن نقاط مثبت همسر و پرهیز از چشم دوختن به نامحرم حتی از قاب تلویزیون و نیز اجتناب از سخن گفتن یا همنشینی با افرادی غیر از محارم، در نهایت، توجه به عقوبت دنیوی و اخروی چشم‌چرانی، از راهکارهایی است که فرد مبتلا می‌تواند برای رهایی و بهبودی از این فعل حرام به آن‌ها عمل کند.

کتاب «راستگویی در سیره معصومان (ع)» و صدقت یکی از فضائل اخلاقی است که فارغ از دین و مذهب و نژاد و سرزمین، جایگاهی والا در جوامع انسانی دارد و فضیلتی والا در نفس آدمی است که نشان از باطن او دارد.

این کتاب با اشاره به روند بیان روایات معصومان (ع) درباره صدق و کذب و بررسی گفتار و رفتار ایشان درباره دروغ‌های مجاز پرداخته است که عبارتند از: حفظ جان انسان بی گناه، ایجاد صلح و آشتی، فریب دشمن در جنگ، گفتگوی محبت آمیز زوجین با واژه‌های هرچند غیر حقیقی، با وجود این، روایت‌هایی در سیره عملی خود آن بزرگواران جز مواردی از خدعه و تاکتیک در جنگ گزارشی در دست نیست. هدف این تحقیق، دستیابی به دیدگاهی صحیح از سیره معصومان درباره مستثنیات کذب و تلاش برای نشان دادن یکپارچگی گفتار و رفتار آنان است. ضرورت این مقابله با رواج روزافزون دروغ در جامعه اسلامی به شیوه علمی است و نیاز جامعه به صداقت و ضرورت بهره گیری از رفتار معصومان (ع) به عنوان الگوهایی جامعه شیعه، دیگر جهت ضرورت پرداختن به این مسئله است. در این نوشتار، - فارغ از تعریف‌های تخصصی - دروغ را به معنای گفتار و رفتاری که مطابق باطن نیست و سریع در آن نقش مهمی ایفا می‌کنند، در نظر گرفته‌ایم.

### ساختار اثر:

این اثر در دو بخش و شش فصل تألیف

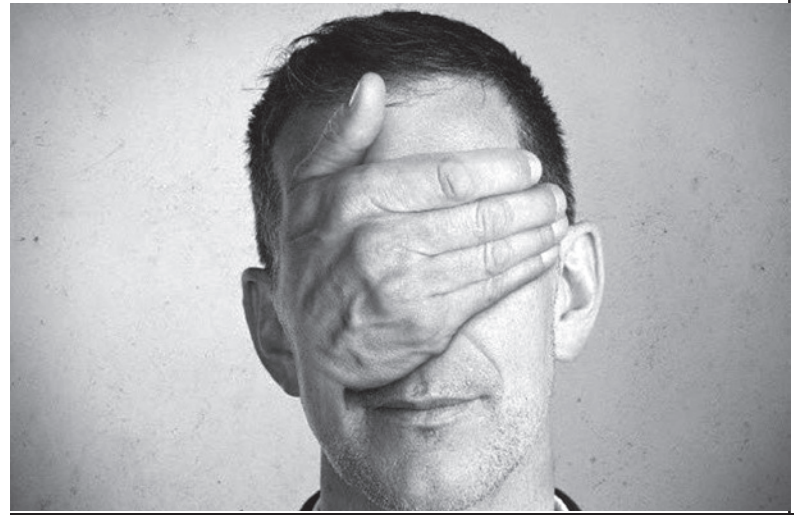
از دیگر پیامدهای چشم‌چرانی، افتادن در فساد و تباهی است. محمدبن سنان می‌گوید، امام رضا علیه السلام در جواب سؤالات من، نامهای برابرم ارسال کرد که در فرازی از آن فرموده بودند: «نگاه به موهای زنان شوهردار و غیرشوهردار، حرام است؛ زیرا این نگاه، مرد را تهییج و تحریک می‌کند؛ و تهییج، شخص را به فساد و داخل شدن در حرام و اعمال ناپسندیده می‌کشاند و همچنین است حکم نگاه به غیر مو، آکه نگاه مرد به آن‌ها حلال نیست‌امگر در موردی که حق تعالی ادر قرآن، آن را استثنا کرده وافرموده است: ﴿وَالْفَوَاحِشُ مِنَ النِّسَاءِ اللَّاتِي لَايَرْجُونَ نِكَاحًا فَلَيْسَ عَلَيْهِنَّ جُنَاحٌ﴾؛ «بر زنان سالخورده که از بارداری و عادت بازنشسته شده‌اند، و امید ازدواج ندارند باکی نیست که لباس‌هایشان را غیر از چادر در زمین بگذارند و اشکالی ندارد که به موهای مثل این زنان نگاه شود.» (عیون أخبار الرضا علیه السلام، ج ۲، ص ۷)

نهایت اینکه فرد چشم‌چران از آسایش روحی برخوردار نیست، در عین حال تنوع‌طلب است.

همین امر سبب سست شدن پایه‌های زندگی زن‌شویی می‌شود و گاهی تا مرز جدایی تداوم می‌یابد. تقویت حس مسئولیت‌پذیری نسبت به همسر و فرزندان، ملزم کردن چشم و ذهن به همسر، بستن راه‌های نفوذ نامحرم به فکر، پررنگ کردن نقاط مثبت همسر و پرهیز از چشم دوختن به نامحرم حتی از قاب تلویزیون و نیز اجتناب از سخن گفتن یا همنشینی با افرادی غیر از محارم، در نهایت، توجه به عقوبت دنیوی و اخروی چشم‌چرانی، از راهکارهایی است که فرد مبتلا می‌تواند برای رهایی و بهبودی از این فعل حرام به آن‌ها عمل کند.

قلب یا همان بُعد روحانی انسان‌هاست و قلب نیز محل ورود نور ایمان است، لذا آلوده کردن چشم مساوی با سیاهی و قساوت قلب است. بر اساس آموزه‌های دین، حفظ چشم از نظر به نامحرم از ارزش‌های والای انسانی شمرده می‌شود و نقش کلیدی در تزکیه و رشد روحانی افراد دارد، نشان به اینکه خداوند در سوره نور آنگاه که به مؤمنان دستور می‌دهد از چشم خویش مراقبت کنند، این عمل را مایه تزکیه آن‌ها معرفی کرده و می‌فرماید ﴿قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكُ أَرْكَى لِهِمْ؛ به مردان مؤمن بگو چشمان خود را از آنچه حرام است افرو بندند و خویشتن را از بی‌عفتی حفظ کنند؛ این برای آنان پاکیزه‌تر (و به تزکیه نزدیک‌تر) است.» کسانی که در ورطه نگاه ناروا به نامحرم می‌افتند و یا نگاه حیضی دارند، در اصطلاح چشم‌چران نامیده می‌شوند که مانند سایر گناهان، پیامدهای جبران ناپذیری بر روح و جان انسان و حتی محیط پیرامون و خانواده دارد مگر اینکه با توبه و مغفرت از درگاه الهی از تبعات آن مصون بماند.

اما از پیامدهای چشم‌چرانی، بیماری و نقصان عقل است. انسان در سایه پیروی از آموزه‌های اصل ادیان، به تکامل می‌رسد و عقلش رشد می‌کند و در صورت سرپیچی از دستورهای الهی و دست یازیدن به کردار خلاف شرع همچون چشم‌چرانی از رحمت الهی دور می‌شود و با خاموش شدن نور الهی در خانه دل، عقل و وحش دچار نوعی بیماری می‌شود. امیرالمؤمنین علیه‌السلام در روایتی فرمود: «کسی که با شهوت همراهی می‌کند جان و عقلش مریض و بیمار است؛ قرین الشهوة مریض النفس معلول العقل» (تصنیف غرر الحکم و درر الکلم، ص ۳۰۵)



## بلایی که چشم‌چرانی سر انسان می‌آورد

فرد چشم‌چران از آسایش روحی برخوردار نیست، در عین حال تنوع‌طلب است. همین امر سبب سست شدن پایه‌های زندگی زن‌شویی می‌شود. ماه مبارک رمضان برترین ماه نزد در بین ایام سال است. خداوند به لحاظ معنویتی که به این ماه بخشیده، مسیر مغفرت و توبه و نیز طهارت روح و جان را هموارتر از گذشته قرار داده و به پیامبر خویش فرموده هرگاه بندگانم درباره من پرسیدند بگو بسیار نزدیک هستم و دعای دعاکننده را به هنگامی که مرا بخواند اجابت می‌کنم؛ ﴿وَ إِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ...﴾. این فراز از آیه ۱۸۶ سوره بقره در سیاق آیات مربوط به ماه رمضان قرار دارد؛ یعنی هرچند خداوند همواره

فرد چشم‌چران از آسایش روحی برخوردار نیست، در عین حال تنوع‌طلب است. همین امر سبب سست شدن پایه‌های زندگی زن‌شویی می‌شود. ماه مبارک رمضان برترین ماه نزد در بین ایام سال است. خداوند به لحاظ معنویتی که به این ماه بخشیده، مسیر مغفرت و توبه و نیز طهارت روح و جان را هموارتر از گذشته قرار داده و به پیامبر خویش فرموده هرگاه بندگانم درباره من پرسیدند بگو بسیار نزدیک هستم و دعای دعاکننده را به هنگامی که مرا بخواند اجابت می‌کنم؛ ﴿وَ إِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ...﴾. این فراز از آیه ۱۸۶ سوره بقره در سیاق آیات مربوط به ماه رمضان قرار دارد؛ یعنی هرچند خداوند همواره

### توفیق خواندن قرآن را از خداوند بخواهید

امام علی (ع): بدانید که این قرآن، خیرخواهی است که خیانت نمی‌ورزد و راه‌نمایی است که گمراه نمی‌کند و گوینده‌ای است که دروغ نمی‌گوید. هیچ کس با این قرآن نمی‌نشیند، مگر آن که با افزایش یا کاهش، از نزدش بر می‌خیزد؛ افزایش در هدایت، یا کاهش در نابینایی [و گمراهی].

بدانید که هیچ کس، با برخورداری از قرآن، فقیر نیست، و هیچ کس با محرومیت از قرآن، توانگر نیست. پس شفای دردهای خود را از قرآن بجویید و در سختی‌ها و گرفتاری‌هایتان، از آن کمک بخواهید؛ چرا که در آن، درمان بزرگ‌ترین دردهاست و آن، درد کفر و نفاق و انحراف و گمراهی است...

و بدانید که قرآن، شفاعت‌کننده‌ای است که شفاعتش، پذیرفته می‌شود و گوینده‌ای (شاکلی و خصمی) است که سخنش تصدیق می‌شود. هر کس که قرآن در روز قیامت، برایش شفاعت کند، شفاعت می‌شود و هر کس که قرآن در روز قیامت، از او شکایت کند، محکوم میگردد.

### فضیلت شب‌ها و روزهای ماه رمضان

آیا شب‌ها و روزهای ماه مبارک رمضان از نظر عبادات و فضیلت برابر هستند یا اینکه تا زمانی که روزه هستیم، نفس‌های ما عبادت است و خواندن یک آیه پاداشش برابر یک ختم قرآن است؟

آنچه در سؤال آمده، برخی از فضایل ماه مبارک رمضان است که در خطبه شعبانیه پیامبر آمده و بسیار معروف است.

پیامبر در ابتدای خطبه می‌فرماید: «قد اقبل الیکم شهر...؛ ماه خدا به شما رو آورده است» و سپس اشاره به فضایل ماه می‌کند، از جمله این که نفس‌هاتان در این ماه، تسبیح است.

از ظاهر روایت و خطبه برمی‌آید که ثواب‌های ذکر شده، مطلق است و اختصاص به روز یا شب ندارد. همچنین قرائت قرآن چه در روز این ماه عزیز باشد، یا در شب ثواب و پاداش بسیار دارد. به همین خاطر هم در روزهای این ماه، اعمال و دعاها وارد شده و هم در شب‌های این ماه، بلکه در شب‌ها اعمال بیشتری نقل شده است.

همچنین در همان خطبه شعبانیه، پیامبر می‌فرماید که قساوت قلب که در بالا ذکر شد فهمید که دچار قساوت قلب شده نیز با انجام اعمال عبادی و مناجات و تضرع به درگاه پروردگار می‌تواند خود را نجات دهد. زیرا اصلی‌ترین دلیل قساوت قلب دوری از خداوند است. خداوند انسان را لطیف آفرید و طوری او را خلق کرد که بخش اعظمی از حقایق عالم را به‌وسیله قلب و فطرت خود بشناسد. انسان‌ها اگر دلشان به‌سمت خدا تمایل پیدا نکند عقل‌شان نمی‌تواند. به‌همین دلیل نیاز است که قلب خود را و جنبه عاطفی خود را همان‌طور لطیف و رقیق حفظ کند تا با عشق و محبت به هر چیزی نگاه کند و بر او از زیبایی شود. آیات متعددی در قرآن آمده است که از قلب و فطرت و جنبه عاطفی انسان‌ها سخن می‌گوید و آسیب‌های آن را برمی‌شمرد و انسان‌ها را به جلوگیری از سنگینی دل و قلب تذکر می‌دهد.

می‌شوند و بدان زنده می‌شوند و جان می‌گیرند. آری سنگ برکتی چنین مهم دارد؛ ولی قلب بنی اسرائیل نه منبع جوشان فضیلت است و نه چشمه سار زلال علم و حکمت و نه کانون عاطفه و نه جای مهر و محبت؛ برآستی که قلب اینان سخت تر از سنگ است!

دوم: بعضی از سنگها نیز ترک‌ها و شکاف‌های کوچکی پیدا می‌کنند و همچون حوضچه‌ای اندک آبی را در خود نگه می‌دارند، که گر چه با آن نمی‌توان کشتزارها و درختان و جانوران را سیراب کرد، ولی ممکن است رهگذر تشنه‌ای را از کام مرگ برهاند؛ اما قلب بنی اسرائیل سنگدل این مقدار ناچیز هم اثری از مهر و محبت در خود ندارد.

سوم: بعضی از این سنگها از خوف و ترس خداوند از بالای کوه فرو می‌ریزند و در برابر عظمت آفریدگار یکتا و توانا فروتنی می‌کنند و خضوع نشان می‌دهند؛ همان‌طور که می‌آید شریفه ۲۱ سوره حشر نیز بر این مطلب دلالت دارد، خداوند در این آیه می‌فرماید: ﴿لَوْ اَنَّ لَنَا هَذَا الْقُرْآنَ عَلٰی جَبَلٍ لَّرَاٰیْتَهُ خَاشِعًا مُّتَصَدِّعًا مِّنْ خَشْيَةِ اللّٰهِ وَ تِلْکَ الْاَمْثَالُ نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَّقُرُونَ﴾ اگر این قرآن را بر کوهی نازل می‌کردیم می‌دیدیم که در برابر عظمت خدا خاشع می‌شد و از خوف خدا می‌شکافت، این مثال‌هایی است که برای مردم می‌زیم، شاید در آن ببیندیشند!

حال چه چیزی باعث شده قلب این افراد مانند سنگ سخت شود؟ اولین و مهمترین آن «گناه» است. احادیث فراوانی به‌دست ما رسیده که سخت شدن دل را از اثرات گناه دانسته‌اند. امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید: «اشک چشم‌ها خشک نمی‌شوند مگر از اثر قساوت قلب و دل‌ها نیز سخت او دچار قساوت» نمی‌شود مگر در اثر گناهان زیاد. (الکافی، ج ۱، ص ۸۱)

آیات متعدد دیگری هم وجود دارد که در مورد خشیت و خضوع در برابر حضرت حق و آیات و نشانه‌های او می‌گوید و اشاره مستقیم و غیرمستقیم دارد که محل این خشیت، قلب

آوردند هنگام آن نرسیده که دل‌های‌شان به یاد خدا و آن حقیقتی که نازل شده نرم او فروتن [گردد و مانند کسانی نباشند که از پیش بدن‌ها کتاب داده شد و عمر و] انتظار بر آنان به درازا کشید و دل‌های‌شان سخت گردید و بسیاری از آنها فاسق بودند؛ کلمه «قسوت» را به‌کار می‌برد که به معنای «سنگ‌دلی» است. خداوند به کسانی که قلب‌های‌شان مانند سنگ سخت است هشدار می‌دهد که اگر حق را نپذیرند و با این پذیرش منشأ خیر برای خود و هم‌مسلمان خود نشوند در آخرت با غذایی سخت مواجه خواهند شد. ﴿بَلٰی مَنْ كَسَبَ سَيِّئَةً وَاَحَاطَ بِهَا بِحَبِیْبَتِهٖ فَاُولٰٓئِکَ اَصْحَابُ النَّارِ هُمْ فِيْهَا خَالِدُوْنَ﴾ آری کسی که بدی به‌دست آورد و گنااهش او را در میان گیرد پس چنین کسانی اهل آتشند و در آن ماندگار خواهند بود. (بقره ۸۱) اما چرا خداوند قلب این افراد را به سنگ تشبیه کرده است؟ خداوند می‌خواهد بی‌برکتی و سنگ و ماهیتی که در آن موجود نیست و نمی‌تواند منشأ رشد و برکت باشد بگوید. یعنی همان‌طور که سنگ نمی‌تواند محل کشت و زرع باشد قلب و دل این افراد هم نمی‌تواند محل رشد حق و حقیقت و نشر رحمت از آن‌ها باشد. امام عسکری(ع) می‌فرماید: «قسوت قلبونکم، در این آیه یعنی ای جماعت یهودیان، دل‌های شما غلیظ و خشک گردیده و خیر و رحمت از آن‌ها رخت برشته است.» (البرهان، ج ۱، ص ۴۵۴) هنگامی هم که می‌فرماید از سنگ سخت‌تر است منظور این است که اگر در سنگ چند فایده خاص هم بیابید در قلب و دل این افراد همان را هم نمی‌توانید پیدا کنید.

اینکه چگونه دلی می‌تواند سخت‌تر از سنگ باشد قرآن مجید در همین آیه توضیح می‌دهد و در آن سه برکت از برکات سنگ را برمی‌شمارد:

اول: بعضی از سنگها در دل کوه‌ها شکافته می‌شوند و چشمه‌ها از آن می‌جوشد و نهرهای آب از آنها جاری می‌شود و از این آنها، کشتزارها و گیاهان و جانوران سیراب

## فرصت‌های ماه مبارک رمضان

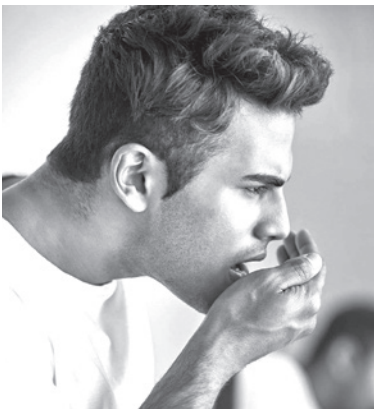


خداوند در آیه ۲۴ سوره بقره می‌فرماید: ﴿يَوْمَ قَسَتْ قُلُوبُكُمْ مِنْ بَعْدِ ذٰلِكَ فَبَیْ كَالْحِجَارَةِ اَوْ اَشَدَّ قَسْوَةً وَاِنَّ مِنْ الْحِجَارَةِ لَمَا يَتَفَجَّرُ مِنْهُ الْاَنْهَارُ وَاِنَّ مِنْهَا لَمَا يَشَقَّقُ فَيَخْرُجُ مِنْهُ الْمَآءُ وَاِنَّ مِنْهَا لَمَا يَهْبِطُ مِنْ خَشْيَةِ اللّٰهِ وَاِنَّمَا لِلّٰهِ بِغَافِلٍ عَمَّا تَعْمَلُوْنَ﴾ سپس دل‌های شما بعد قساوت قلب که در بالا ذکر شد فهمید که دچار قساوت قلب شده نیز با انجام اعمال عبادی و مناجات و تضرع به درگاه پروردگار می‌تواند خود را نجات دهد. زیرا اصلی‌ترین دلیل قساوت قلب دوری از خداوند است. خداوند انسان را لطیف آفرید و طوری او را خلق کرد که بخش اعظمی از حقایق عالم را به‌وسیله قلب و فطرت خود بشناسد. انسان‌ها اگر دلشان به‌سمت خدا تمایل پیدا نکند عقل‌شان نمی‌تواند. به‌همین دلیل نیاز است که قلب خود را و جنبه عاطفی خود را همان‌طور لطیف و رقیق حفظ کند تا با عشق و محبت به هر چیزی نگاه کند و بر او از زیبایی شود. آیات متعددی در قرآن آمده است که از قلب و فطرت و جنبه عاطفی انسان‌ها سخن می‌گوید و آسیب‌های آن را برمی‌شمرد و انسان‌ها را به جلوگیری از سنگینی دل و قلب تذکر می‌دهد.

قساوت هم راه پیشگیری دارد و هم راه درمان که در قرآن به آن دستور داده شده است. در مورد پیشگیری عبادت، انجام عمل صالح و رعایت تقوای الهی را می‌توانیم نام ببریم که مانع قساوت قلب و سنگ دل شدن می‌شود. اگر کسی از علامت قساوت قلب که در بالا ذکر شد فهمید که دچار قساوت قلب شده نیز با انجام اعمال عبادی و مناجات و تضرع به درگاه پروردگار می‌تواند خود را نجات دهد. زیرا اصلی‌ترین دلیل قساوت قلب دوری از خداوند است. خداوند انسان را لطیف آفرید و طوری او را خلق کرد که بخش اعظمی از حقایق عالم را به‌وسیله قلب و فطرت خود بشناسد. انسان‌ها اگر دلشان به‌سمت خدا تمایل پیدا نکند عقل‌شان نمی‌تواند. به‌همین دلیل نیاز است که قلب خود را و جنبه عاطفی خود را همان‌طور لطیف و رقیق حفظ کند تا با عشق و محبت به هر چیزی نگاه کند و بر او از زیبایی شود. آیات متعددی در قرآن آمده است که از قلب و فطرت و جنبه عاطفی انسان‌ها سخن می‌گوید و آسیب‌های آن را برمی‌شمرد و انسان‌ها را به جلوگیری از سنگینی دل و قلب تذکر می‌دهد.



## راه‌های از بین بردن بوی بد دهان در ماه رمضان



ماه رمضان فرصتی است برای مسلمانان تا به روزه و عبادت بپردازند و روح و جسم خود را از ناپاکی‌ها بزدایند. روزه فواید جسمانی زیادی از جمله بهبود فشار، قند و کلسترول خون دارد. اما یکی از مشکلاتی که افراد روزه‌دار در ماه رمضان به آن دچار هستند بوی بد دهان است.

### چه عواملی باعث بدبویی دهان می‌شود؟

عدم رعایت بهداشت دهان و دندان: انباشت پلاک‌های باکتریایی یکی از عوامل بوی بد دهان، پوسیدگی دندان و بیماری لثه است.

تمیز نکردن دندان مصنوعی: دندان‌های مصنوعی هم مانند دندان‌های طبیعی اگر به درستی تمیز نشوند می‌توانند به محلی برای تجمع باکتری تبدیل شده و باعث بدبویی دهان شوند.

مصرف دخانیات: از جمله انواع سیگار و قلیان.

تغذیه: برخی مواد غذایی ممکن است باعث بوی بد دهان شوند مانند پیاز، سیر و برخی ادویه‌جات.

خشکی دهان: خشکی دهان یکی از عوامل اصلی بوی بد دهان است. این مشکل به دلیل

کافی نبودن جریان بزاق در دهان رخ می‌دهد و یکی از عوارض جانبی شایع برخی داروها و همچنین بعضی مشکلات جسمی است.

دیگر مشکلات غیر دهانی: از جمله مشکلات مربوط به بینی، سینوس‌ها یا اختلالات گوارشی.

### چرا وقتی روزه هستیم دهانمان بوی بدی می‌دهد؟

بزاق دهان نقش مهمی در محافظت از دهان و کاهش رشد باکتری‌ها در آن دارد. کاهش جریان بزاق هنگام روزه، دلیل اصلی بوی بد دهان در ماه رمضان است. بعد از افطار، غدد بزاقی خیلی زود تحریک می‌شوند و تولید بزاق به حالت عادی باز می‌شود.



## غذاهای مناسب فصل بهار



مواد غذایی غلیظ و پرکالری در این فصل کاهش یابد و فیبرها و سبزیجات بیشتر مصرف شود تا بدن فرصتی برای استراحت پیدا کند و بتواند خود را بازسازی کند. در فصل بهار باید غذاهای سبک بیشتر مصرف شود، یکی از بهترین میان وعده‌ها مصرف کاهو با سکنجبین است که طبق رسوم ایرانی در روز سیزدهم نوروز میل می‌شود؛ در حالی که به نظر می‌رسد این میان وعده نیکو را باید از همان ابتدای بهار مصرف کرد.

هنگام گرم شدن هوا از منظر طب ایرانی مواد داخلی در بدن جریان پیدا می‌کنند و فرد احساس سنگینی کلی و کسالت در بدن دارد؛ به خصوص افرادی که در فصل سرما پرخوری دارند و ورزش نمی‌کنند. در فصل بهار مواد خام زائد در بدن زیاد است که یکی از کارها تنقیه و پاکسازی بدن است؛ در نتیجه باید در این فصل انواع آش‌ها، خورش‌های پرسیزی، سالادها، سبزیجات و نوشیدنی‌هایی مثل شربت سکنجبین مصرف شود. هدف این است که خوردن

### آگهی تحدید حدود اختصاصی

نظر به اینکه آگهی و عملیات تحدید حدود ششادنگ یک قطعه زمین نخلستان ۳۴ اصله بزرگ و هشت فسیل در پوله گوچی تحت پلاک ۳۹۲۰ واقع در قطعه ۲ بخش ۱۸ فارس لار صحرای پوله گوچی مورد تقاضای آقای مرتضی رخساری که به علت مشخص نبودن محدوده ملک حضور باید تحدید آگهی گردد حسب درخواست تقاضای مالک که درخواست انتشار آگهی تحدید حدود اختصاصی نموده وقت تحدید حدود مورخه ۱۴۰۱/۰۲/۲۷ تعیین و عملیات تحدید از ساعت ۸ صبح در محل به عمل خواهد آمد لذا از متقاضی و کلیه مجاورین طبق ماده ۱۴ قانون ثبت دعوت میگردد که در وقت مقرر در محل وقوع ملک حضور به هم رسانند. واخواهی مجاورین نسبت به حدود ارتقایی به استناد ماده ۲۰ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورتجلسه تحدید حدود به مدت ۳۰ روز پذیرفته خواهد شد که بایستی کتبا به اداره ثبت محل تسلیم و رسید عرض حال دریافت نماید. ضمناً معترض از تاریخ تسلیم اعتراض به اداره ثبت یک ماه فرصت خواهد داشت که دادخواست خود را به دادگاه صالحه تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست را اخذ و به اداره ثبت ارائه نماید، در غیر این صورت سند مالکیت برابر مقررات صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار: ۱۴۰۱/۰۱/۲۴

عبداله جهانپور عمه- رئیس اداره ثبت اسناد و املاک لارستان م/الف ۱۳۲



شده و تا ناحیه گلو گسترش می‌یابد. غذاهای ادویه دار، نوشابه‌های گازدار مثل کولا و نیز قهوه این حالت‌ها را بدتر می‌کند.

درمان: درمان‌هایی برای کاهش سطح اسید معده موجود است. تذکر: افرادی که دچار زخم معده یا ناراحتی های گوارشی هستند باید جهت روزه داری با پزشک معالج خود مشورت کنند.

### ۷- سنگ کلیه:

ممکن است در افرادی که مایعات کم مصرف می‌کنند اتفاق بیفتد و یا در افرادی که سابقه سنگ سازی کلیه دارند، سنگ کلیه به مرور ایجاد شود که ممکن است پس از ایام روزه داری خود را نشان بدهد. بنابراین توصیه می‌شود که روزه گیران مایعات زیاد مصرف کنند.

### ۶- زخم معده، سوزش سردل، ورم معده و...:

دلایل: افزایش اسید در معده خالی باعث این عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

### عالمه میرزاده کارشناس دفتر بهبود تغذیه معاونت بهداشتی دانشکده علوم پزشکی لارستان

کاهش خطر بیماری قلبی می‌شود.

### ۲- آنتی اکسیدان دریافت می‌کنید:

خرما آنتی اکسیدان‌های زیادی دارد که فواید زیادی برای سلامتی دارد، از جمله کاهش خطر ابتلا به بسیاری از بیماری‌ها مانند آلزایمر، دژنراسیون ماکولا و برخی انواع سرطان. خرما حاوی آنتی اکسیدان‌های قوی از جمله: کاروتنوئیدها، پلی فنول‌ها و آنتوسیانین‌ها است. رژیم غذایی سرشار از آنتی اکسیدان خطر ابتلا به بیماری‌های مزمن را کاهش می‌دهد.

### ۳- تامین مواد مغذی مهم:

خوردن ۴ عدد خرما (حدود ۱۰۰ گرم) ۲۷ درصد فیبر و ۲۰ درصد پتاسیم مورد نیاز بدن را تامین می‌کند.

### ۴- پیشگیری از یبوست:

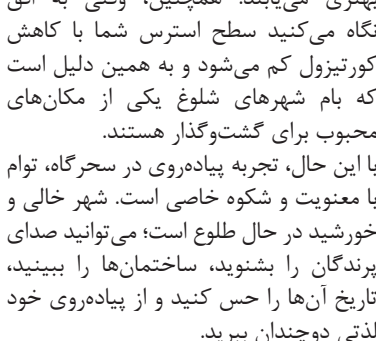
خرما حاوی فیبر غذایی است که با جلوگیری از یبوست به سلامت دستگاه گوارش کمک می‌کند و با کمک به تشکیل مدفوع، حرکات منظم روده را تقویت می‌کند. در یک مطالعه، ۲۱ نفر که روزانه ۷ خرما به مدت ۲۱ روز خوردند، بهبود دفعات مدفوع را تجربه کردند و در مقایسه با زمانی که خرما نخوردند، افزایش قابل توجهی در حرکات روده داشتند.

### ۱- کاهش خطر بیماری قلبی:

خرما فیبر محلول دارد که می‌تواند کلسترول بد (لیپوپروتئین با چگالی کم) را کاهش دهد. فیبر محلول به کلسترول LDL متصل می‌شود، که به نوبه خود به جلوگیری از رسوب کلسترول چرب در دیواره شریان‌ها (معروف به آترواسکلروز) کمک می‌کند و باعث

### زمانی برای پیاده‌روی

متوسط در زمان ماه کامل ۲۰ دقیقه کمتر می‌خواهد چراکه اجاده ما از نور ماه به عنوان یک چراغ طبیعی برای طولانی‌تر کردن روز استفاده می‌کردند. پیاده‌روی معمولی ما در خیابان‌های شلوغ، سالم‌ترین راه نیست اما اگر چاره‌ای جز این ندارید به فراکتال‌ها توجه کنید؛ فراکتال یک الگوی تکراری است که اغلب در طبیعت و در معماری یافت می‌شود. وقتی به یک فراکتال نگاه می‌کنیم، به طور غریزی آرام می‌شویم زیرا مغز ما امواج الگوی حس خوبی تولید می‌کند. با این حال از حضور در طبیعت غافل نشوید؛ یک مطالعه نشان داد افرادی که در شهرها زندگی می‌کنند با آواز پرندگان خلق و خوی بهتری می‌یابند. همچنین، وقتی به افق نگاه می‌کنید سطح استرس شما با کاهش کورتیزول کم می‌شود و به همین دلیل است که بام شهرهای شلوغ یکی از مکان‌های محبوب برای گشت‌وگذار هستند. با این حال، تجربه پیاده‌روی در سحرگاه، توام با معنویت و شکوه خاصی است. شهر خالی و خورشید در حال طلوع است؛ می‌توانید صدای پرندگان را بشنوید، ساختمان‌ها را ببینید، تاریخ آن‌ها را حس کنید و از پیاده‌روی خود لذتی دوچندان ببرید.



### بهترین زمان برای پیاده‌روی چه زمانی است؟

اگر فردی یک خواب هستید، باید حداقل ۱۰ دقیقه تا یک ساعت پس از بیدار شدن پیاده‌روی کنید. کنار پنجره و در اتاق پیاده‌روی کردن خوب نیست! - شما به حداکثر نور نیاز دارید تا به بدن‌تان بگوید که بعد از ۱۵ ساعت دوباره بخوابد. پیاده‌روی در اواخر بعد از ظهر و در کنار درختان، بر اساس مطالعات، تأثیری مشابه مصرف قرص خواب دارد. اگر برای بهتر شدن خلق و خوی خود راه می‌روید، علم می‌گوید که زود بیرون بیایید. پیاده‌روی در شب نیز می‌تواند خوب باشد، به خصوص اگر ماه کامل باشد. یک فرد به طور

## مشکلات رایج در روزه داری و توصیه‌ها

### ۱- یبوست:

یبوست می‌تواند باعث هموروئید (بواسیر) و سوء هاضمه همراه با احساس پری معده شود. دلایل: مصرف غذاهای تصفیه شده مثل نان های تهیه شده از آرد سفید (نان لواش و فانتزی) و کاهش مصرف آب و غذاهای حاوی فیبر (میوه و سبزی).

درمان: پرهیز از مصرف زیاد غذاهای تصفیه شده مثل نان سفید، افزایش مصرف آب، استفاده از نان های سبوس دار (نان سنگک و جو) و همراه مایعات، افزایش مصرف میوه ها و سبزی ها

### ۲- سوء هاضمه و نفخ:

دلایل: مصرف زیاد غذاهای چرب، سرخ کردنی و ادویه دار، غذاهایی مثل تخم مرغ، کلم، عدس، نوشابه های غذایی گازدار مثل کولاها و یا حبوباتی که از قبل از پخت در آب خیسانده نشده باشد ایجاد نفخ می‌کنند.

درمان: توصیه به مصرف غذاهای ساده و آب به جای نوشیدنی های گازدار

### ۳- افت فشار خون:

تعریق زیاد، ضعف، کاهش انرژی، سرگیجه، رنگ پریدگی و حالت غش که ممکن است هنگام بعداز ظهر در ماه مبارک رمضان اتفاق بیفتد از علائم افت فشار خون است.

دلایل: مصرف کم مایعات و نمک

درمان: نخک نگه داشتن فرد و افزایش مصرف مایعات و نمک (توجه به وضعیت بیماری قلبی

### ۴- سردرد:

دلایل: افراد دیابتی: گاهی ممکن است بعلت عدم تنظیم داروهای فرد دیابتیک و از تنظیم

دلایل: افزایش اسید در معده خالی باعث این عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

عوارض می‌شود. سوزش سر دل ابتدا در قسمت فوقانی معده در بالای دنده‌ها شروع

## نشانه‌های اعتیاد در نوجوانان



اعتیاد در نوجوانان آسیبی است که می‌تواند جان و مال بسیاری از خانواده‌ها را تهدید کند. وابستگی به مواد مخدر، نشانه‌های مختلفی دارد که برخی از آنها، از رفتار و ظاهر افراد قابل تشخیص است، اما باید بدانید که نتیجه نهایی ابتلای افراد به اعتیاد تنها با آزمایشات تخصصی قابل استناد است، بر همین اساس در این گزارش به برخی علائم و نشانه‌های ابتلای بیماران به اعتیاد اشاره می‌کنیم. در این بخش مهمترین نشانه‌های اعتیاد در نوجوانان را برخواهیم شمرده، آسیبی که می‌تواند جان و مال بسیاری از خانواده را تهدید کند.

افسردگی: یکی از عوامل و نشانه‌های اعتیاد در نوجوانان و جوانان است، بسیاری از این افراد ممکن است به خاطر وضعیتی که در آن دچار هستند دچار افسردگی شوند.



تغییرات ظاهری: برخی مواد باعث ایجاد تغییرات ظاهری در افراد مصرف کننده می‌گردد، این تغییرات ممکن است کاهش یا افزایش وزن را در برداشته باشد.

سرخوشی بی مورد: افراد مصرف کننده معمولاً دچار سرخوشی می‌شوند که ممکن است متناوب شرایط موجود نباشد و غیر عادی به نظر بیاید.



تغییر خلق و خوی ناگهانی: به طور معمول سوء مصرف مواد مخصوصاً در جوانان سبب بروز ناگهانی در خلق و خوی فرد در شرایط استرس زا می‌شود.

رفتار مجرمانه و غیر متعارف: فشار اعتیاد آنقدر بالاست که فرد مصرف کننده برای تامین مواد ممکن است به هر عمل مجرمانه‌ای دست بزند و گرفتار شود.

بی‌خوابی: مواد محرک معمولاً باعث سخت شدن فرآیند خوابیدن می‌شود، به همین دلیل افراد مصرف کننده معمولاً برای خوابیدن به داروهای خواب آور وابسته می‌شوند

تغییر خلق و خوی ناگهانی: به طور معمول سوء مصرف مواد مخصوصاً در جوانان سبب بروز ناگهانی در خلق و خوی فرد در شرایط استرس زا می‌شود.

رفتار مجرمانه و غیر متعارف: فشار اعتیاد آنقدر بالاست که فرد مصرف کننده برای تامین مواد ممکن است به هر عمل مجرمانه‌ای دست بزند و گرفتار شود.

بی‌خوابی: مواد محرک معمولاً باعث سخت شدن فرآیند خوابیدن می‌شود، به همین دلیل افراد مصرف کننده معمولاً برای خوابیدن به داروهای خواب آور وابسته می‌شوند



روز	اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
بیست و چهارم	۵:۱۱	۶:۳۰	۱۲:۵۳	۱۹:۱۶	۱۹:۳۳

ماه این هفته برون رفت و به چشم سالیست  
حال هجران تو چه دانی که چه مشکل حالیت  
(حافظ)

نهج الفصاحه

حبذا المتخلّون من أمتی فی الوضوء و الطّعام.  
چه نیکند از امت من آنها که در وضو و غذا  
مسواک میکنند.

نهج البلاغه

ای اسیران آرزو، بس نیکو زیر اسبابان مقامات دنیا نهادن آن حواشی  
روزگار بر حراس افکند، ای مردم کار تیرت خور خود بر عمده گیر و نفس را  
از عادت بی کبر آن حرص و ارباب گردانید. حکمت ۳۵۹

حروفچینی و صفحه آرایی: روزنامه میلاد لارستان

آدرس دفتر مرکزی: لار - شهر جدید - بلوار امام رضا (ع) - جنب ساختمان نظام مهندسی  
تلفن: ۰۲۲۴۳۸۴۴-۰۲۲۴۴۷۷۰  
کد پستی: ۷۴۳۱۸-۳۴۳۵۵  
شماره شاپا: ۹۹۶۱-۲۰۰۸ (زیر نظر هیات تحریریه)  
لیتوگرافی و چاپ: چاپخانه کوثر لار  
www.mld.ir miladelarestan@gmail.com



چهار پایگاه شهری و جاده‌ای  
به اورژانس جهرم و خفر افزوده شد



رئیس مرکز فوریت‌های پزشکی ۱۱۵ جهرم به صورت کارشناسانه مورد بررسی قرار گرفت. بر اساس بررسی‌ها به استنادهای منطقی گرفته شده در آن شد که دو پایگاه شهری در جهرم و یک پایگاه جاده‌ای در منطقه سیمکان شهرستان جهرم و یکی در محدوده شهرستان خفر قرار دارد. جاده‌ای در خفر به اورژانس ۱۱۵ جهرم اضافه شد. وی افزود: با راه‌اندازی این ۴ پایگاه به طور چشمگیری زمان حضور در صحنه حادثه کاهش می‌یابد. وی با اشاره به تلاش‌های مجموعه سلامت شهرستان جهرم برای توسعه ناوگان اورژانس و کاهش زمان حضور نیروهای امدادگر مرکز مدیریت حوادث و فوریت‌های پزشکی بر بالین بیماران و مصدومان، ابراز کرد: این اقدام در گامی در این راستاست و تحقق این هدف و تسریع در ارائه خدمات امدادی به مردم این مناطق امیدبخش خواهد شد.

تداوم طرح آب رایگان برای کم مصرف ها  
و افزایش تعرفه برای پر مصرف ها در هر مزگان



مدیرعامل شرکت آب و فاضلاب هرمزگان گفت: طرح آب رایگان برای مشترکان کم مصرف و افزایش پلکانی تعرفه آب بها برای پرمصرف‌ها که از بیست و پنجم اسفندماه سال ۱۴۰۰ اجرایی شده، در حال جاری شدن است. عبدالحمید حمزه پور با اعلام این خبر به رسانه‌ها افزود: الگوی مصرف آب برای مشترکان خانگی همانند سال‌های گذشته ۱۶ مترمکعب در ماه تعیین شده است که تعرفه آب بها برای مصرف بالاتر این میزان، به‌صورت پلکانی (نسبت به مازاد) محاسبه می‌شود. مشترکان خانگی که الگوی مصرف ماهانه ۱۶ مترمکعب را رعایت کنند، مشمول هیچ گونه افزایش نرخ آب مصرفی بر روی قبض خود نمی‌شوند. مدیرعامل آبفای هرمزگان با توجه به اینکه تعرفه آب مشترکان خانگی در حال مصرف مازاد بر الگو به صورت پلکانی محاسبه و دریافت می‌شود، از مشترکان خواست تا با توجه به بالا بودن هزینه تمام شده تامین آب، در

روایت شفاف از بودجه ۱۲۱ میلیارد تومانی ۱۴۰۱ شهرداری لار در گفتگو با رئیس شورای شهر:  
امسال در آمد نوسازی محلات در همان محله خرج می شود  
۵۲ میلیارد تومان بودجه عمرانی مصوب شهرداری لار / عدالت محوری شعار بودجه



ب) طرح‌های نیمه تمام که لزوماً بدلیل شرایط فیزیکی و یا قدمت طرح میبایست در سال ۱۴۰۱ به اتمام برسند (مثال پل‌ها و بعضی از پارک‌های محله ای) ج) جبران محرومیت: بعضی از محلات واقع در شهر قدیم بعنوان محله کم برخوردار محسوب و مطالبی بیش از بودجه سرانه به آنها تخصیص داده شده است. -آیا در بودجه ۱۴۰۱ شهرداری لار امکان الحاق ردیف های بودجه ای نیز وجود دارد؟ اگر بتوان در صورت امکان بسته های سرمایه گذاری را نیز در الحاقیه بودجه ۱۴۰۱ گنجانده می توان به ردیف درآمدی شهرداری (و البته بازپرداخت سرمایه گذاری در سالیهای بعد) کمک نمود. در این خصوص نیز لطفاً توضیحاتی ارائه فرمایید. در قالب اصلاحیه بودجه امکان استفاده از سرمایه سرمایه‌گذاران وجود دارد. -نکته حائز اهمیت بودجه ۱۴۰۱ شهرداری لار چیست؟

به عنایت به تحقق ۷۰ درصدی بودجه در ۴ سال پیش، لازم است به میزان ۴۳ درصد رشد درآمد وجود داشته باشد تا امکان اجرای طرح‌های تصویب شده میسر شود. بدیهی است که در صورت عدم تحقق ۱۰۰ درصدی درآمد بعضی از طرح‌ها نیمه تمام می‌ماند.



-آیا خیرین نیز در تامین اعتبار برای پروژه های شهرداری ها مشارکت دارند؟

سعی می‌کنیم بعنوان قسمتی از درآمدهای شهرداری، توجه خیرین گرامی را به حوزه شهرسازی نیز جلب کنیم.

-مهمترین حوزه تخصصی بودجه سال جاری شهرداری لار در چه راستایی است؟

شورای ششم تلاش کرده در بودجه سال ۱۴۰۱ تمرکز خود را بر بخش طرح‌های عمرانی که مبلغ آن ۵۲ میلیارد تومان است، قرار دهد. لذا طرح‌های مطرح شده از طرف شهرداری به دو بخش ذیل تقسیم کرده است: ۱- طرح‌های عمومی (مانند تکمیل ساختمان شهرداری، احیای بافت تاریخی و...) که همه شهروندان عزیز لار از آن بهره‌مند می‌شوند. ۲- طرح‌های محلات که خاص یک محله تعریف می‌شوند مانند آسفالت کوچه، احداث پارک محله ای و... .

-یکی از مهمترین مشکلات شهری، درخواست های محلات شهر لار در خصوص مشکلات موجود و بیان اران آن به شهرداری لار است که همه ساله توسط رسانه های منطقه نیز به صورت مطالبه بیان می شود. مشکلات محلات در کجای بودجه ۱۴۰۱ قرار دارد؟

برای تشخیص اولویت مد نظر محلات، شورا اقدام به برگزاری جلسه با یاوران شورا در محلات نمود و کلیه نیازمندی‌های مد نظر آنان را جمع‌آوری و براساس آن طی جلسات متعدد با شهرداری نسبت به تصویب آنها در قالب بودجه در حد یک سال (سال ۱۴۰۱) اقدام نموده است.

-فرآیند اختصاص بودجه به محلات چگونه بوده است؟

پس از اولویت بندی طرح‌های محلات شورا براساس سه عامل ذیل نسبت به اختصاص بودجه اقدام بعمل آورده است. الف) توزیع متوازی بودجه: با رویکرد تخصیص عادلانه بودجه و جلوگیری از رشد نامتوازن در محلات با ملاک قراردادن تعداد پلاک‌های مسکونی واقع در هر محله برای محلات بودجه سرانه در نظر گرفته شده

به گزارش میلاد لارستان، بودجه‌ریزی یکی از مهمترین وظایف شورای شهر محسوب می‌شود و به عبارتی نقشه راه یکساله فعالیت‌های شهرداری را ترسیم می‌کند. بودجه‌ریزی اگر براساس واقعیت و مبتنی بر برنامه‌ریزی و همچنین رفع مسائل و مشکلات و کمبودها ترسیم شود، اثربخش بوده و علاوه بر آنکه از هدررفت منابع جلوگیری می‌کند، می‌تواند منجر به پیشرفت و رشد شود.

برای اطلاع از وضعیت بودجه شهرداری لار در سال ۱۴۰۱، خبرنگار میلاد لارستان گفت‌وگویی را با زینل قنبری رئیس شورای اسلامی شهر لار ترتیب داده است که در ذیل می‌خوانیم:



- لطفاً در خصوص بودجه ۱۴۰۱ شهرداری لار و رقم آن بیشتر توضیح دهید.

یکی از وظایف اصلی و مهم شورای شهر تصویب بودجه سالانه شهرداری است. هر ساله در اواخر آذرماه شهرداری بودجه پیشنهادی خود را به شورا ارائه می‌دهد و شورا موظف است پیش از پایان سال پس از بررسی‌های لازم، تصویب و برای اجرا به شهرداری ابلاغ کند. بودجه سال ۱۴۰۱ شهرداری لار با ۱۲۱ میلیارد و ۷۰۰ میلیون تومان و با ۱۳ درصد رشد نسبت به سال ۱۴۰۰ تدوین شده است. -با این اوصاف تحقق چند درصدی بودجه ۱۴۰۱ را پیش بینی می‌نمایید؟

ردیف	توضیح پروژه	مبلغ	توضیح
۱	سامانه‌های دوربین‌های پانچنگه از (گزارش‌دهی‌پروژه‌های طبیعی و خورا)	۱۰۰۰	تعمیرات
۲	پروژه تکمیل پارک باغیان واقع در بوستان ملت	۱۰۰۰	تعمیرات
۳	پروژه تکمیل پارک شهرداری و احداث گلخانه واقع در میدان آب	۶۰۰	تعمیرات
۴	پروژه خرید ماشین آلات و تجهیزات آتش نشانی	۸۰۰	تعمیرات
۵	پروژه تکمیل پارک زلفی و ملاک مورد نیاز خیابان	۱۷۵۰	تعمیرات
۶	پروژه اصلاح حوضی سناری	۸۰۰	تعمیرات
۷	پروژه بهره‌ریزی و احداث سطح سبزه شهر	۴۰۰۰	تعمیرات
۸	پروژه بهره‌ریزی و مسیر نورپردازی پارک سلامت	۴۰۰	تعمیرات
۹	پروژه خرید ماشین آلات خدماتی	۵۰۰۰	تعمیرات
۱۰	پروژه احداث ساختمان ترمینال مرکزی	۱۵۰۰۰	تعمیرات
۱۱	پروژه تکمیل لودات و تکمیل پارکینگ های عمومی	۱۰۰۰	تعمیرات
۱۲	پروژه خرید تجهیزات ترافیکی جهت کنترل ترافیک	۳۰۰	تعمیرات
۱۳	پروژه خرید سخت افزار و نصب نرم افزار جهت تکمیل سیستم شهرسازی و طرح عمومی املاک	۱۲۰۰	تعمیرات
۱۴	پروژه تکمیل تکمیل ساختمان آفری شهرزادی	۵۵۰۰	تعمیرات
۱۵	رفع وسط میدان شاهد تاغ علی	۱۰۰	تعمیرات
۱۶	پروژه تکمیل پارکینگ ایتر	۲۵۰	تعمیرات
۱۷	پروژه بهره‌ریزی پارک شهر و امرای اشرف موسوی	۱۰۰	تعمیرات
۱۸	پروژه تکمیل پارک چندی گمش	۴۵۰	تعمیرات

جشن فارغ التحصیلی نخستین گروه از دانشجویان  
بهورزی دانشکده علوم پزشکی لارستان

همکاری با بهوزری و جامعه بهوزران مجموعه، خطاب به بهوزران فارغ التحصیلی تاکید کرد: در کنار همه ی مسئولیت‌ها و شرح وظایف مصوب برای شما، دو ماموریت به عنوان ماموریت اصلی از جانب مجموعه به دوش شما نهاده می‌شود که یکی پرداختن به جوانی جمعیت از سوی شما به عنوان مبارزان خط اول تعامل با مردم و دیگری تامین سلامت روانی جامعه است که این مهم را اول از خود شروع و به سایر بخش‌های جامعه هدف تسری دهید.



دکتر حسن زفرنی، سرپرست معاونت بهداشتی دانشکده با اشاره به اینکه بهوزران شاغل در هر مجموعه ای برخاسته از دل مردم آن منطقه است بیان داشت: گزینش افراد از دل جامعه روستایی و جذب در آموزشگاه بهوزری باعث شده تا نیروهای به کارگرفته شده افرادی از با جنس خود مردم بوده و بیشترین قربان را از مفهوم ایثار و جهاد داشته باشند. ناخداهد وطن این قشر پرتلاش در این مسئله به خوبی نمود پیدا کرده است. وی با بیان این نکته که بهوزری باید از هوش و ذکاوت ویژه‌ای برخوردار باشد اذعان داشت: یکی از امتیازهای ویژه هر بهوزری اقدام بجای و در لحظه او در قبال رخدادهاست. دکتر سلمان پور افزود: خستگی رخدادی طبیعی است اما رفتار ما در این زمان بسیار اهمیت دارد. این ما هستیم که تصمیم می‌گیریم در این شرایط چه روشی را اتخاذ کنیم. باید توجه داشت که برخورد صحیح کادر بهداشتی و درمان تاثیر بسزایی در روند درمان دارد پس به خاطر داشته باشید که در هر حالت چهره‌ای شاد و آرام را به ارباب رجوع و مراجعه‌کنندگان خود هدیه دهید. سرپرست دانشکده در انتها ضمن قول مساعد

جشن فارغ التحصیلی نخستین گروه از دانشجویان بهوزری دانشکده علوم پزشکی لارستان در مقاطع کاردانی و کارشناسی برگزار شد. به گزارش میلاد لارستان، دکتر محسن سلمان پور، سرپرست دانشکده علوم پزشکی لارستان در جشن فارغ التحصیلی نخستین گروه از دانشجویان بهوزری دانشکده علوم پزشکی لارستان در مقاطع کاردانی و کارشناسی اظهار داشت: دو ماموریت به عنوان ماموریت اصلی از جانب مجموعه به دوش بهوزران نهاده می‌شود که یکی پرداختن به جوانی جمعیت به عنوان نخستین اولویت در خط اول تعامل با مردم و دیگری تامین سلامت روانی جامعه است و این مهم را اول از خود شروع و به سایر بخش‌های جامعه هدف، تسری دهید. سرپرست دانشکده در جشن فارغ التحصیلی نخستین گروه از دانشجویان بهوزری دانشکده علوم پزشکی لارستان در مقاطع کاردانی و کارشناسی گفت: بهوزری اصیل‌ترین شخصیت را در نظام سلامت کشور به خود اختصاص داده است. به گزارش روابط عمومی دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی

گشایش آموزشگاه موسیقی  
«سارنگ» در لارستان



آموزشگاه موسیقی سارنگ لارستان به مدیریت «علی‌صغر دل‌فروز»، عضو شورای انجمن موسیقی لارستان و از هنرمندان این شهرستان، راه‌اندازی شده است. به گزارش میلاد لارستان به نقل از پایگاه اطلاع‌رسانی و روابط عمومی اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان فارس؛ آموزشگاه موسیقی سارنگ با حضور عنایتا... مودی، سرپرست اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی لارستان، محمد معتمدیان، معاونت مدیرکل کتابخانه‌های عمومی در لارستان، ابراهیم کیان، رئیس اداره میراث فرهنگی و گردشگری لارستان، اعضای انجمن موسیقی لارستان، پیشکسوتان و هنردوستان با مجوز رسمی اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی در لارستان گشایش یافت.

میلاد لارستان  
اینستاگرام: milad\_larestan  
سروش: milad.larestan  
اینا: miladeelarestan